गोरक्ष निखिल वाणी

आध्यात्मिक शक्ति अनुसन्धानमूलक मासिक

आश्विन, २०६७

विजयादशमी विशेष

आश्रम गतिविधि

१-६: भाद्र महिनाको दिव्य गुरु महोत्सव। ७-१०: भाद्र महिनामा सञ्चालित मासिक हवन ।
११-१२: जनै पूर्णिमामा सञ्चालित कार्यक्रम । १३-१५: श्रीकृष्ण जन्माष्टमीको कार्यक्रम।

● वर्ष १२ ● अङ्क २ ● आश्विन २०६७ ● पूर्णाङ्क १३४

सम्पर्क कार्यालयहरू

- **चितवन**, भ.न.पा- २, क्षेत्रपुर फोन: ०५६-५२१३८५
- **गोरखा**, सौरपानी–३ पोखरी, फोन: ९७४६०१८८७८, ९७४११२७७४५
- **कास्की**, पो.उ.म.न.पा.-१०, रामघाट, फोन: ०६१-५३०७८६
- **सर्लाही,** बरहथवा-७, एस्माली टोल, फोन: ०४६-५४००११
- **पाल्पा**, तानसेन, फोन: ९८४७०-२८१८८
- **ललितपुर**, लगनखेल, फोन:२२२००२१
- **गोरखा**, बसपार्क, फोन: ०६४-४२०३४८
- **तनहुँ**, दमौली, व्यास गुफा, फोन: ०६५-५६१६६२
- **लमजुङ**, बेँसीशहर, भीमसेनटोल
- **भक्तपुर**, कटुन्जे-१, फोन: ०१-६२१३४५५
- **काभ्रे**, बनेपा, न.पा. कार्यालय पछाडि फोन: ०१-६२२५१७२
- **कास्की**, लेखनाथ चोक, फोन: ०६१-२२९१९०
- **सिन्धुली**, रातमाटा फोन: ९८४४०४०८९९
- **स्याङ्जा**, स्याङ्जाबजार फोन: ९८४६०-४४३५४
- **चितवन**, गौरीगञ्ज
- **सिन्धुपाल्चोक**, बाह्रबिसे फोन: ०१-६९१६५९३
- **कास्की**, अर्चलबोट, विन्ध्यवासिनी
- **काठमाडौँ**, पुरानोबानेश्वर, फोन: ०१-२१०११२६
- **काठमाडौँ**, सिमलटार
- **काठमाडौँ**, तीनकुने (मुनि भैरव)
- **ललितपुर**, गोदावरी

पत्रिका व्यवस्थापन समितिद्वारा सम्पादित एवं
***सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रद्वारा* प्रकाशित**

विजयादशमी विशेष

मूल्य रु. ३०/-, वार्षिक रु. ३५०/-

आफ्नै कुरा	३
दुर्गा दुर्गतिनाशिनी	६
नवरात्र र यस व्रतको महिमा	११
श्रीदक्षिणा कालिका जगन्मंगल कवच	१६
माता काली पूजन	१९
कर्म, भक्ति र ज्ञानको त्रिवेणी दुर्गा शप्तशती	२४
काठमाडौँको तलेजु मन्दिर	२८
दिऔँ बलि–बलि प्रथाको	३५
बिर्सिएको दशैँ रहस्य	३९
श्री गुरु गोरखनाथद्वारा निर्मित नवनाथ	४१
आफ्नो हात आफैँ हेरौँ	४३
आश्विन २०६७ का शुभ समयहरू	४४
नरिवल	४५
वस्ती क्रिया	४७
विद्याश्रम गतिविधि	४९
आश्रम गतिविधि	५०
जाँदा जाँदै	५२

जानकारी

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र प्रचलित नेपाल कानूनअनुसार विधिवत् रूपमा दर्ता भएको एक अनुसन्धानमूलक आध्यात्मिक संस्था हो र यसको केन्द्रीय कार्यालय हाल बसुन्धरा, काठमाडौँमा रहेको छ। परमपूज्य सद्गुरुदेवद्वय परमहंस स्वामी श्री निखिलेश्वरानन्द महाराज एवं नेपालीहरूका गर्वका प्रतिमूर्ति महायोगी श्री शिव गोरक्षको अनुकम्पा, कृपा एवं आशीर्वादको फलस्वरूप यस केन्द्रको जन्म भएको हो। आफ्नो छुट्टै पहिचान, स्वतन्त्र अस्तित्व एवं आफ्नै किसिमको स्वाभिमान बोकेको यो संस्था देश विदेशमा रहेका अन्य कुनै संघ, संस्था वा आश्रमको शाखा, उपशाखा वा सम्पर्क कार्यालय नभएको व्यहोरा सम्बन्धित सबैका लागि जानकारी गराइएको छ। यो केन्द्र महान् गुरुहरूको स्पष्ट सूक्ष्म मार्गनिर्देशनमा आध्यात्मिक युग पुनर्निर्माणको लक्ष्यमा गतिशील छ। यहाँ संचालन भइरहेका सम्पूर्ण कार्यक्रम तथा गतिविधिहरू यसै केन्द्रमार्फत सोझै निर्देशित छन्। यहाँबाट उपलब्ध हुने सम्पूर्ण सामग्रीहरूको प्राण-प्रतिष्ठा विशेषरूपमा यही आश्रमबाट गरिएको हुन्छ। त्यसैले एक स्वतन्त्र र आफैमा सक्षम यस संस्थालाई अन्य कुनै संघ, संस्था वा आश्रमसँग तुलना गर्न खोज्नु, त्यस्तै प्रकारका कुराहरू यहाँबाट लागू गराउन, प्राप्त गर्न खोज्नु यस संस्थाको अवहेलना गरे सरह हुनेछ जे जति कार्यक्रमहरू यहाँ संचालन भइरहेका छन् र आगामी दिनहरूमा पनि संचालन हुँदै जानेछन्, ती सबै परमपूज्य सद्गुरुदेवहरूकै इच्छा एवं निर्देशनअनुसार सम्पन्न हुनेछन्। त्यसैले अनावश्यक तर्क-वितर्क, शङ्का-उपशङ्का गरी, भ्रम फैलाउँदै यस संस्थाको छविमाथि अनावश्यक टीका-टिप्पणी गर्नु सत्यता र वास्तविकतामाथि नै प्रश्नचिह्न लगाउनु हो। प्रत्येक व्यक्तिका लागि आवश्यक पर्ने सम्पूर्ण प्रकारका मार्गनिर्देशन प्रदान गरी भौतिक समस्याहरूको समाधान गर्दै आध्यात्मिक उच्चता प्रदान गर्न, पूर्णतामा लैजान यो केन्द्र सक्षम छ। विश्वास अविश्वासभन्दा माथि, साधारण व्यक्तिको सीमित सोचाइ, विचार र कल्पनाभन्दा परको यस अद्वितीय आश्रममा आबद्ध भई आफ्नो जीवनलाई उत्कर्षमा पुर्‍याउन सक्नु नै हाम्रो अहोभाग्य हुनेछ। यस्ता प्रकारका अनावश्यक भ्रमबाट सतर्क हुँदै पूर्णरूपमा स्पष्ट भएर मात्र अघि बढ्न हुन सम्पूर्ण महानुभावहरूमा सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र हार्दिक अनुरोध गर्दछ। साथै केन्द्रको आफ्नै प्रकारको नीति, नियम र अनुशासन भएकोले यसलाई पालना गर्न नसक्ने व्यक्तिहरूका लागि यस केन्द्रमा कुनै स्थान रहने छैन र यससम्बन्धी कुनै किसिमको सुनुवाइ पनि नहुने व्यहोरा अवगत गराइएको छ। साथै, आध्यात्मिक शक्ति अनुसन्धानमूलक यस मासिक पत्रिकामा प्रकाशित लेख, रचना, चित्रादिमा संस्थाको सहमति हुन आवश्यक नरहेको व्यहोरा अवगत गराइन्छ।

आश्रमका नियमित कार्यक्रमहरू

प्रत्येक साँझ ५ बजे गुरु आरती। प्रत्येक बृहस्पतिबार बिहान १० बजे गुरु पूजन। प्रत्येक अंग्रेजी महिनाको २१ तारीख दिव्य गुरु महोत्सव कार्यक्रम। प्रत्येक महिनाको पहिलो सोमबार पशुपति मृगस्थलीस्थित श्री श्री महायोगी गुरु गोरखनाथको मन्दिर प्रांगणमा श्री शिव गोरक्ष हवन, पहिलो मंगलबार लगनखेलस्थित वटुक भैरव मन्दिर प्रांगणमा तान्त्रोक्त वटुक भैरव हवन, पहिलो बुधबार लगनखेलस्थित महालक्ष्मी मन्दिर प्रांगणमा तान्त्रोक्त महालक्ष्मी हवन तथा पहिलो बिहीबार पाटन कुम्भेश्वरस्थित वगलामुखी मन्दिर प्रांगणमा तान्त्रोक्त बगलामुखी हवन कार्यक्रम सञ्चालन। विभिन्न चाडपर्वहरूमा विशेष कार्यक्रम। गोरक्ष निखिल वाणी आध्यात्मिक शक्ति अनुसन्धानमूलक मासिकको प्रकाशन। विभिन्न एफ.एम. स्टेशनहरूमार्फत् गोरक्ष निखिल सन्देश रेडियो कार्यक्रम सञ्चालन। समाजमा आध्यात्मिक शिक्षा लागू गराउनका लागि गोरक्ष निखिल ज्योति दिव्य विद्याश्रमको सञ्चालन। तान्त्रिक ध्यानका विभिन्न चरणका कक्षाहरू। समय समयमा विशेष साधना कार्यक्रमहरू। प्राणप्रतिष्ठित तान्त्रिक सामग्रीहरूको वितरण। समस्या समाधानका लागि परामर्श सेवा। असाध्य रोगका लागि तान्त्रिक हिलिङको व्यवस्था।

आवरण तथा भित्री कम्प्युटर सेटिङ्ग
सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र, कम्प्युटर उपविभाग
ssk.org.np, info@ssk.org.np

मुद्रण
भेराइटी प्रिन्टर्स प्रा.लि.
कुलेश्वर, काठमाडौं।

पत्रिकाको कार्यालय
बसुन्धरा, काठमाडौं, नेपाल
फोन नं: ०१-४३८९१५४, पत्रिका वितरण फोन नं: ०१-६२२५१७७ (CDMA Phone), URL: gnv.org.np, Email: info@gnv.org.np

आफ्नै कुरा

सर्वप्रथम त विजयादशमीको पावन अवसरमा सम्पूर्ण पाठकहरुमा परमपूज्य सद्गुरुदेव एवं माता नवदुर्गाको कृपा, आशीर्वाद प्राप्त भई आध्यात्मिक एवं भौतिक उन्नति, प्रगति हुँदै जाओस् भन्ने हार्दिक मंगलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछौं।

विजयादशमीको लहरसँगै सबैमा नयाँ जोश, जाँगर बढिरहेको छ। तैपनि नेपालको आन्तरिक अवस्थाले गर्दा मानिसमा जुन जोश, जाँगर, उत्साह, उमङ्ग हुनुपर्ने हो, त्यो भएको पाइँदैन। देश यतिखेर अस्थिर राजनैतिक चपेटामा परेको छ, अशान्त भएको छ, सामाजिक जीवन खलबलिएको छ। मानिसहरु समस्यै समस्याको जालोमा फँसेका छन् र जीवनस्तर झन झन खस्किएको छ, काम अस्तव्यस्त छ, व्यापार व्यवसाय धराशयी भइरहेका छन्, महङ्गीले डाँडो काटिरहेको छ। यिनै समस्याहरुले गर्दा व्यक्तिहरुमा चाडपर्वले पनि उत्साह थप्न सकिरहेको देखिँदैन।

यसपालिको अंकलाई हामीले विजयादशमी विशेषको रुपमा निकाल्ने कोशिश गरेका छौं। चाडपर्वले जुन धार्मिक, सांस्कृतिक मात्रै नभई आध्यात्मिक गुढ रहस्य बोकेको छ, त्यसलाई बिर्सेर आजभोलि तडक-भडक देखाउने, शक्ति प्रदर्शन गर्ने माध्यम बनिरहेको छ। यसरी चाडपर्वका विकृति, विसंगतिहरुलाई हटाउँदै यसको फाइदा लिनेतर्फ, यसभित्र छिपेर रहेका गुढ रहस्यलाई उजागर गर्दै व्यक्तिको, परिवारको, समाजको समग्र उन्नति प्रगतितर्फ अग्रसर हुनु पर्दछ।

विजयादशमी आफैमा शक्तिको पर्व हो, विजयोत्सव पर्व हो। शक्तिरुपा मातालाई कसरी खुशी पार्ने, आफूभित्रका कमी कमजोरीहरुलाई कसरी हटाउने, काम, क्रोध, लोभ, मोह आदि हामीभित्रका आन्तरिक शत्रुहरुमाथि कसरी विजय प्राप्त गर्ने, कसरी आत्माको उन्नति प्रगति सम्भव छ, कसरी आध्यात्मिक उचाईको प्राप्ति हुन्छ, यससम्बन्धी धेरै कमले मात्रै सोचेका होलान्। त्यसैले विगतका दशैंहरु जे जसरी मनाएका भए पनि यसपालिदेखि आध्यात्मिक रुपमा पनि फाइदा पुग्ने गरी चाडपर्वलाई मनाऔं र माताको कृपा प्राप्त गरी आध्यात्मिक उचाई प्राप्त गरौं।

अन्तमा, यस अंकमा भए गरेका सम्पूर्ण कमी कमजोरी, न्यूनताका लागि परमपूज्य सद्गुरुदेवहरुसमक्ष र यहाँहरुसमक्ष पनि क्षमा माग्दै आवश्यक सल्लाह सुझावका लागि आशा राख्दछौं । अस्तु।

परमपूज्य सद्गुरुदेव परमहंस स्वामी श्री निखिलेश्वरानन्द महाराज

परमपूज्य सद्गुरुदेव श्री श्री महायोगी गुरु गोरखनाथ

मानव जीवनमा गुरुको सर्वथा उच्च स्थान मानिन्छ। गुरु प्राप्तिबिना मानव जीवन व्यर्थ छ। सम्पूर्ण शास्त्रको सम्यक् ज्ञान भए पनि, धन सम्पत्ति र रूप लावण्यले भरिपूर्ण भए पनि, समस्त प्रकारका सिद्धि, शक्ति र ऐश्वर्यले भरिपूर्ण भए पनि यदि गुरु प्राप्त भएको छैन भने मानिस अपूर्ण नै हुन्छ किनकि गुरुले नै संसार सागरबाट तारेर हामीलाई मोक्षको भागीदार बनाउनुहुन्छ, हामीलाई असीम आनन्दबाट तृप्त गरेर पूर्ण गरिदिनुहुन्छ। यसप्रकार पूर्णता, मुक्ति अनि अनगिन्ती सिद्धि र शक्ति प्रदान गर्नुहुने दुई सद्गुरुदेवहरूलाई सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रले धारण गरिरहेको छ। गुरुहरूको महिमा, गरिमा र परिचय कसले पो दिन सक्छ र ? तैपनि सामान्य जानकारीसम्मका लागि महान् गुरुहरूको संक्षिप्त परिचय दिएका छौँ–

परमहंस स्वामी श्री निखिलेश्वरानन्द महाराज

वन्दे नारायणं देवं सद्गुरुं निखिलेश्वरं।
ज्ञानामृतरसेनैव पूतं येनाखिलं जगत्॥

यस विश्व ब्रह्माण्डलाई भौतिक एवं आध्यात्मिकरूपले सन्तुलित राख्न प्रकृतिद्वारा निर्मित अद्वितीय तपस्थली नै सिद्धाश्रम हो । मानव जीवनको अन्तिम ध्येय यस सिद्धाश्रमका प्राणाधार परमपूज्य सद्गुरुदेव परमहंस स्वामी श्री निखिलेश्वरानन्द महाराज हुनुहुन्छ। आफ्ना गुरु स्वामी सच्चिदानन्दज्यूको आदेश शिरोपर गरी 'धर्मसंस्थापनार्थाय...'को शंखघोष गर्दै उहाँ सन् १९३३ अप्रिल २१ तारीखमा भारतस्थित राजस्थान प्रान्तको जोधपुरमा अवतरित हुनुभयो। वेदाध्ययनबाट शिक्षा शुरु गर्नुभएका उहाँको विवाह बाह्र वर्षको उमेरमा भगवती देवीसँग भयो। आफ्नो जीवन परिवारको लागि मात्र नभएर सम्पूर्ण समाजको लागि हो भन्दै विवाहपश्चात् उहाँले थुप्रै वर्ष हिमालयका गुफा, विकट कन्दरा र जंगलहरूमा संन्यास जीवन बिताउनुभयो। त्यसबेला उहाँले विभिन्न स्वामी, संन्यासी, योगी, तान्त्रिक, मान्त्रिक, आयुर्वेदाचार्यहरूसँग भेटेर विभिन्न विधामा आफूलाई निष्णात् बनाउनुभएको थियो। संन्यास जीवनपश्चात् पुनः गृहस्थमा फर्केर आफूले प्राप्त गरेको आध्यात्मिक ज्ञानलाई समाजमा फैलाउने कार्य गर्नुभयो। यसको लागि सयौं पुस्तकहरूको रचना गर्दै असंख्य शिविर सञ्चालन गरी साधना, प्रवचन र दीक्षाको माध्यमबाट शिष्य निर्माण प्रक्रियालाई जोड दिनुभयो। यसरी ज्योतिष, सामुद्रिक शास्त्रका सुविज्ञ ज्ञाता, तन्त्र-मन्त्रका अन्तिम नाम, आधुनिक धन्वन्तरि, सम्मोहन विज्ञानका मसीहा, कुण्डलिनी शक्तिका सहज व्याख्याकार, सूर्य विज्ञानका अपूर्व ज्ञानी, धुरन्धर रत्न चिकित्सक आदिका रूपमा उहाँ **डा. नारायणदत्त श्रीमाली**को नामबाट विश्वमा विख्यात् हुँदै महामहोपाध्याय, मन्त्र शिरोमणि, समाज शिरोमणि, जगद्गुरु आदिको संज्ञाले विभूषित हुनुभयो। आगामी गोरक्ष निखिल युग निर्माणको महायोजना आफ्ना शिष्यहरूको काँधमा सुम्पेर सन् १९९८ जुलाई ३ मा महाप्रयाण लिई उहाँ आफ्नो मूल स्थान सिद्धाश्रम फर्कनुभयो। हाल सद्गुरुदेवकै सूक्ष्म आदेश निर्देशनबमोजिम सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र यस महान् योजनामा कटिबद्ध छ।

श्री श्री महायोगी गुरु गोरखनाथ

अनन्त कोटि ब्रह्माण्ड गोरक्ष स चराचरम्।
दर्शनम् मुक्ति लाभं च तस्मै श्री गोरक्ष नमः॥

श्री श्री महायोगी गुरु गोरखनाथ सम्पूर्ण गुरुहरूमा महागुरु, सम्पूर्ण योगीहरूमा महायोगी, सम्पूर्ण नाथहरूमा महानाथ हुनुहुन्छ। महायोगी श्री श्री गुरु गोरखनाथ भगवान् शिवका सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण र प्रमुख अवतारको रूपमा पूजित हुनुहुन्छ। योग मार्गको प्रचारको लागि भगवान् शिवले नै गोरक्ष रूप धारण गर्नुभएको हो। यसैले उहाँलाई श्री शिव गोरक्षको रूपमा आदर-सम्मान गर्ने गरिन्छ। गो शब्दको अर्थभित्र समाहित गाई, पृथ्वी, इन्द्रिय, आदि सम्पूर्णको रक्षा गर्ने गोरक्ष नै हुनुहुन्छ। श्रीमद्भागवत, नारदपुराण, स्कन्दपुराण, ब्रह्माण्डपुराण, शिवपुराण, शाक्तप्रमोद, गोरक्षगीता आदिमा उहाँको बारेमा उल्लेख भएको छ। विश्वको इतिहासलाई हेर्दा उहाँको प्राकट्य सयौं हजारौं वर्षको अन्तरालमा विभिन्न स्थानमा भएको पाइन्छ। यसबारे विभिन्न विद्वान्हरूले थुप्रै अनुसन्धान गरेका छन्। आमाको कोखबाट नभई आवश्यकता अनुसार आफै प्रकट हुनुहुने महायोगी अजर अमर कायायुक्त हुनुभएको कुरा स्पष्ट हुन्छ।

नेपालको सन्दर्भमा हेर्दा गोरखा राज्यको नामाकरण उहाँको नामबाट भएको पाइन्छ भने उहाँकै आशीर्वादबाट यो राष्ट्र कहिल्यै पराधीन बन्नु नपरेको गौरवशाली इतिहास रहेको छ। उहाँको ऋण चुकाउन पनि हामीले उहाँको भक्ति गर्नैपर्दछ। नाथपंथका अग्रज महानाथ गुरु गोरखनाथ नेपालका राष्ट्रगुरु हुनुहुन्छ। नेपालमा विभिन्न ठाउँमा उहाँका मठ-मन्दिरहरू छन् जस्तै गोरखाको गोरख गुफा, पशुपतिको मृगस्थली पीठ, हनुमानढोकाको काष्ठमण्डप आदि। सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रको अनुसन्धानअनुसार गुरु गोरखनाथ सर्वप्रथम यस धरतीमा वैशाख शुक्ल पूर्णिमाको दिन गोरखाको गोरख गुफामा प्रकट हुनुभएको थियो। नेपालमा मात्र नभएर विश्वभर उहाँको सम्प्रदाय, मन्दिर एवं मठहरू स्थापित छन्। आगामी गोरक्ष निखिल युग निर्माणको लागि गोरक्ष शक्ति जगाउँदै नाथ परम्परालाई समाजमा स्थापित गर्न सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र गतिशील छ।

नमो देवि विश्वेश्वरि प्राणनाथे सदानन्दरुपे सुरानन्ददे ते ।
नमो दानवान्तप्रदे मानवानामनेकार्थदे भक्तिगम्यस्वरुपे ।।
न ते नामसंख्यां न ते रुपमीदृक्कथा कोऽपि वेदादिदेवस्वरुपे ।
त्वमेवासि सर्वेषु शक्तिस्वरुपा प्रजासृष्टिसंहारकाले सदैव ।।
न वा ते गुणानामियत्तां स्वरुपं वयं देवि जानीमहे विश्ववन्द्ये ।
कृपापात्रमित्येव मत्वा तथास्मान्भयेभ्यः सदा पाहि पातुं समर्थे ।।

हे विश्वेश्वरी ! हे प्राणकी स्वामिनी ! सदा आनन्द रुपमा रहनुहुने तथा देवताहरुलाई आनन्द प्रदान गर्नुहुने हे देवी ! हजूरलाई नमस्कार छ। दानवहरुको अन्त गर्नुहुने, मनुष्यहरुका समस्त कामनाहरुलाई पूर्ण गर्नुहुने तथा भक्तिको माध्यमबाट आफ्नो रुपको दर्शन दिनुहुने हे देवी ! हजूरलाई नमस्कार छ। हे आदिदेवस्वरुपिणी ! हजूरको नामको निश्चित संख्या तथा हजूरको यस रुपलाई कसैले पनि जान्न सक्दैनन्। सबैमा हजूर नै विराममान हुनुहुन्छ। जीवहरुको सृजन र संहारकालमा शक्ति स्वरुपले सदा हजूरले नै कार्य गर्नुहुन्छ । हे देवी ! हे विश्ववन्द्ये ! हामीले न हजूरको गुणको सीमा नै जान्दछौँ, न त हजूरको स्वरुप नै जान्दछौँ। त्यसैले, रक्षा गर्नमा समर्थ हे देवी ! हामीलाई केवल आफ्नो कृपा पात्र ठानेर हजूर भयबाट निरन्तर हाम्रो रक्षा गर्दै रहनुहोस् । (श्रीमद्देवीभागवत)

दुर्गा दुर्गतिनाशिनी

भगवती जगदम्बा जगत्‌की अधिष्ठात्री देवी, आदि देवी आदि शक्तिको रूपमा सर्वपूजित वा सर्वध्यायित हुनुहुन्छ । भगवती आदि शक्ति नै जगत्‌का सारा दु:खको नाश गर्ने हुनुहुन्छ। जसले भगवती जगदम्बाको आराधना गर्दछ, उसले सबै शक्ति र सबै देवताहरूको आराधना गरेको ठहर्छ। नवरात्रिको पावन पर्वमा भगवती जगदम्बालाई बारम्बार प्रणाम !

त्वं भगवति ! शक्तिरनन्त वीया विश्वस्य बीजं परमासि माया, सम्मोहितं देवि ! समस्तमेतत् त्वं वै प्रसन्ना भुवि मुक्तिहेतोः। विद्याः समस्तास्तवदेवि। भेदाः स्त्रियासमस्तासकलाजगत्सु, त्वयैकया पूरितमम्बयैतत् का तेस्तुति स्तव्यपरा परोक्तिः ॥

'हे भगवती ! हजूर अनन्त शक्तिमयी हुनुहुन्छ, समस्त विश्वकी निर्मात्री तथा परम शक्तिस्वरूपा हुनुहुन्छ । हे देवी ! समस्त जगत् हजूरको मायाको वशीभूत छ तथा हजूर प्रसन्न हुनु भएमा जीवहरूलाई मुक्ति प्रदान गर्नुहुन्छ । संसारका सबै विद्याहरू हजूरबाट सुशोभित छन्, सबै नारीहरूमा हजूरको शक्ति छ । हजूर नै सम्पूर्ण विश्वमा व्याप्त हुनुहुन्छ, यसभन्दा अधिक हजूरको के स्तुति हुन सक्छ र !'

मानवजीवनमा भगवती शक्तिको महत्त्व सर्वोपरि छ, भगवती शक्तिद्वारा मनुष्य आफ्नो जीवनको प्रत्येक क्रिया गर्नमा समर्थ हुन्छन्। सारा संसार नै भगवती शक्तिमा व्याप्त छ। संसारका सारा क्रियाहरू यही भगवती शक्तिबाट हुन्छ । जो सद्‌गुरु नारायण विश्वातीत रूपमा, जो पूर्ण पुरुष हुनुहुन्छ, जो सहस्रारको कमल मध्यमा पूर्ण पुरुष भएर निर्गुण हुनुहुन्छ, सर्वाधार हुनुहुन्छ, जसको मूल स्वरूपलाई साधना, तपस्याहरूको माध्यमबाट जान्न सकिन्न, जो अहं ब्रह्मास्मिका परम आधार हुनुहुन्छ, जो सबैका आत्मा हुनुहुन्छ,

मानवजीवनमा भगवती शक्तिको महत्व सर्वोपरि छ, भगवती शक्तिद्वारा मनुष्य आफ्नो जीवनको प्रत्येक क्रिया गर्नमा समर्थ हुन्छन् । सारा संसार नै भगवती शक्तिमा व्याप्त छ । संसारका सारा क्रियाहरु यही भगवती शक्तिबाट हुन्छन् ।

भगवती शक्ति त्यो भन्दा पृथक् छैन । यही भगवती शक्तिको तेजबाट सम्पूर्ण जगत् प्रकट भएको हो। भगवती नै नारी, नर वा प्रकृति-पुरुष रूप धारण गर्नुहुन्छ । उहाँ नै यस जगत्‌को उत्पत्ति-स्थिति-संहार अनुग्रह, लय आदि कार्यकी परम आश्रय हुनुहुन्छ ।

भगवती नै ब्रह्मा रूपमा जगत्‌को उत्पत्ति गर्दछिन्, विष्णु रूपमा पालन गर्दछिन्, रुद्र रूपमा संहार गर्दछिन्, गुरु रूपमा साधकहरूलाई अनुग्रह गर्दछिन्, परब्रह्म रूपमा आफूमा लीन गर्दछिन्। भगवती नै आफ्नो स्वतन्त्रतामा रहने, सर्व व्यवहार गर्ने, सर्वमन्त्रका शक्ति, मुक्ति प्रदान गर्ने स्वयं प्रकाश रूपा, सर्वशक्तिहरूको आश्रय रूपा परम तत्त्वलाई प्रकाशित गर्ने हुनुहुन्छ । माता भगवती नै ज्ञानीहरूका ज्ञान हुनुहुन्छ । उहाँले नै साधकहरूलाई ज्ञान प्रदान गर्नुहुन्छ, कर्मको फल प्रदान गर्नुहुन्छ, भक्तहरूका लागि प्रेमस्वरूपा हुनुहुन्छ, योगीहरूका योग कुण्डलिनी क्रियाशक्ति हुनुहुन्छ, गुरुहरूद्वारा प्रदत्त दीक्षा रूप हुनुहुन्छ, गुरुहरूमा निवास गर्ने आनन्द प्रभा रूप हुनुहुन्छ, समाधिमा निर्विकल्पा हुनुहुन्छ, मानव देहको कुण्डलिनी रूपमा परम आश्रया हुनुहुन्छ ।

यिनै भगवती नै साधकहरू, शिष्यहरूको आज्ञा चक्रमा गुरु रूपमा विराजमान भएर योगक्षेम वहन गर्नुहुँदै साधकहरूलाई मार्ग दर्शन गर्नुहुन्छ, गुरुबाट दीक्षा प्राप्त भएपछि जब साधक एक निष्ठ भावले गुरु रूपमा हजूरको ध्यान गर्दै

गुरु मन्त्र 'ॐ परम तत्वाय नारायणाय गुरुभ्यो नमः' मूल रुपमा भगवती शक्तिको नै मन्त्र हो, गुरु मन्त्रमा दुर्गाको नै शक्ति लुकेको हुन्छ, भगवती शक्ति नै अनेक गुरुहरुद्वारा आफ्ना शिष्यहरुलाई प्रदान गर्ने गुरु मन्त्र रुप हो ।

गुरुबाट प्राप्त मन्त्रको जप गर्दछ, तब भगवती नै गुरु मन्त्र रूपमा क्रियाशील भएर साधकहरूलाई अनेक प्रकारले योग क्रियाहरू गराउनुहुन्छ ।

गुरु मन्त्र 'ॐ परम तत्त्वाय नारायणाय गुरुभ्यो नमः' मूल रूपमा भगवती शक्तिको नै मन्त्र हो, गुरु मन्त्रमा दुर्गाको नै शक्ति लुकेको हुन्छ, भगवती शक्ति नै अनेक गुरुहरूद्वारा आफ्ना शिष्यहरूलाई प्रदान गर्ने गुरु मन्त्र रूप हो । साधक/शिष्य गुरु मन्त्र जप गर्दै हजूरलाई स्मरण गर्दै स्वयंलाई विस्मृत गरिदिन्छन्, तब हजूर उनीहरूभित्र आत्मशक्तिको रूपमा प्रकट हुनुहुन्छ । समस्त ब्रह्माण्ड एवं ब्रह्मा, विष्णु, रुद्र, मरुद्गण, गन्धर्व, अप्सराहरू, किन्नर, समस्त भौतिक अण्डज, स्वेदज र जरायुज, पशु, पक्षी, वृक्ष, मनुष्य आदि समस्त भगवती शक्तिबाट नै उत्पन्न भएका हुन् । जगत् हजूरद्वारा प्रकट विग्रह हो ।

जसरी सूर्यदेखि सूर्यको किरण भिन्न छैन, जलदेखि जलको तरङ्ग भिन्न छैन, पृथ्वीदेखि पृथ्वीको कण भिन्न छैन, त्यसरी नै अनेक रूप अनेक रङ, अनेक आकृतिहरूको अनन्त विग्रह समुदाय रूप यस जगत् माता भगवतीको शक्तिबाट भिन्न छैन । यस जगत्को उदय यही भगवती शक्तिबाट भएर यही शक्तिबाट पोषित भएर अन्तमा यसैमा लय हुन्छ ।

माता भगवतीको रूप न नर हो, न त नारी । केवल एक परमानन्दमय उल्लसित प्रेमशक्ति हो, जुन गुरुमा विकसित कुण्डलिनीको बोधशक्ति, आनन्द प्रभा हो ।

भगवती शक्ति नै 'त्वमेव सर्व जननी मूल

प्रकृति अधीश्वरी'अनुसार हजूर नै सबैकी माता हुनुहुन्छ, मूल प्रकृति हुनुहुन्छ । यही भगवती शक्ति आफ्नो महिमाबाट उभय प्रकार अनुकूल प्रतिकूल उन्नति-अवनति, साधक-बाधक, नर-नारी, पाप-पुण्य, बन्ध-मोक्ष आदि दुई प्रकारबाट मात्रै अनन्त रूपमा सर्वत्र व्याप्त हुनुहुन्छ ।

यही भगवती शक्ति प्रत्येक मनुष्यमा कुण्डलिनी शक्तिको रूपमा विद्यमान छ । यसै कुण्डलिनी शक्तिको बहिःप्रसरणले मनुष्यमा म, मेरो गराएर स्वस्वरूपको विस्मरण गराएर संसारको द्वन्द्व-यातनालाई भोगाएर नाना प्रकारको कष्ट दिन्छ तथा अन्तः आत्म स्फुटण रूपमा, जब व्यक्तिभित्र दीक्षा रूपमा प्रवेश गर्दछ, तब अनेक प्रकारका यौगिक क्रियाहरू गरेर मनुष्यलाई नरबाट नारायण, जीवबाट शिवको भावमा अग्रसर गराई ज्ञानोदय गरेर मोक्ष प्रदान गर्दछ ।

यही भगवती शक्ति नै बाह्यरूपमा सम्पूर्ण विश्वाकार भएर स्वयं नै प्रकाशित हुन्छ, यस शक्तिलाई विश्वात्मक रूप भनिन्छ । विश्वाकार हुँदा पनि यो शक्ति विश्वातीत भएर स्वयं प्रकाशमय परमशुद्ध, निर्मल रहन्छ । मूलतः विश्व नामको कुनै वस्तु छैन, केवल भगवती शक्ति नै

मूल स्वरूपमा सत्य, नित्य, निर्गुण, निराकार, व्यापक र पूर्ण छ । आफ्नो मूल स्वरूपमा भगवती शक्ति नै परम पुरुषका साथ अक्रियाहीन, परम शान्त रहन्छ ।

मानिसभित्र पनि यो भगवती शक्ति स्वयं चिति रूपमा बाह्य प्रकृति रूपले स्थूल, सूक्ष्म, कारण महाकारण शरीर, पंच कोष, चार अवस्था, चार अन्त:करणदेखि लिएर पंच तत्वका छत्तीस तत्त्वमय, शरीरमा बहत्तर हजार नाडी समुदायदेखि लिएर सप्त धातु रूप भएर, पाँच ज्ञानेन्द्रिय, पाँच कर्मेन्द्रिय एवं त्यसका पाँच प्राणहरू तथा कार्यहरू, मस्तिष्कदेखि औँलासम्म अनेकौं रूप धारण गर्दछ । सुख दु:खमय, व्याधि, विकार, शैशव, यौवन, स्वर्ग, नरक यस्ता अनेकौं भाग र रूपलाई रचेर हजूर नै त्यसमा प्रवेश गरेर बाह्य विश्वाकार बन्नुहुन्छ । फेरि पनि यो भगवती शक्तिको शुद्धता र निर्मलता जस्तातस्तै रहन्छ । आफ्नो मूल स्वरूपमा स्थित भएर यस बहिरङ्ग जगत्‌मा विलास गर्नुहुन्छ । विश्वातीत दशामा यो जागृतिबाट भिन्न, स्वप्नावस्थामा स्वप्नका सर्वव्यवहारदेखि भिन्न, सुबुद्धिबाट भिन्न, महाकारणावस्थादेखि भिन्न तुरीय भएर केवल स्मृति मात्र यस सम्पूर्ण विश्वको साक्षी भएर समस्त विश्वका बीच विश्वबाट भिन्न भएर रहनुहुन्छ ।

यो भगवती शक्ति आफैमा एक्लो छ, यसको अघि, पछि, बीचमा कोही पनि छैन, यो नै निर्गुण, निराकार परब्रह्म हो । जसरी वस्त्र आन्तरिक दृष्टिबाट केवल धागो हो, धागोबिना वस्त्र हुन सक्दैन । त्यसरी नै विश्व पनि परमार्थ दृष्टिबाट परब्रह्मको शक्तिको नै ब्रह्म विलास जगत् रूप हो । यस्तो देख्नु नै साँचो अर्थमा भगवती माताको पूजा हो ।

जब व्यक्तिको संकीर्ण दृष्टि यस भगवती शक्तिका बाह्य प्रकट रूपलाई हेरेर मनमा म-मेरोको भावनामा रहन्छ, तबसम्म यस दृष्टिले मानवलाई नाना प्रकारले दु:खको सामना गराउँछ।

यो सारा जगत् नश्वर हो, भगवती चितिको मूल स्वरूप नै शाश्वत् हो । यो नित्य शाश्वत् तत्त्व नै विश्वमा स्फुटित भइरहेको छ । जो यस नित्य शाश्वत् तत्त्वलाई चिनेर शक्तिको विलास मानेर चल्दछ, उसले ज्ञानयुक्त, नित्य मुक्त, ब्रह्मानन्द पाउँदछ । यस्तो व्यक्ति संसारमा रहेर पनि निन्दा, प्रशंसा दुवैलाई एकैसमान सम्मान गर्दछ तर विषयासक्त हुँदैन । जसको मन वासनारहित छ, जो सर्वत्र परब्रह्म शक्ति भगवतीको विलास देख्दछ, त्यो जीवनमुक्त हुन्छ ।

यस ब्रह्माण्डमा दृश्य-अदृश्य, स्थूल-सूक्ष्म, व्यक्त-अव्यक्त सबै यिनै भगवती शक्तिका स्वरूप हुन् । भगवती शक्ति सर्वत्र व्याप्त छ । सच्चिदानन्द परमेश्वरीको रूपमा सूक्ष्म रूपले सर्वत्र व्याप्त भएर पनि भक्तहरूमाथि अनुग्रह गर्नका लागि उहाँ परम दिव्य चिन्मय सगुण रूपमा जब जब संसारमा राक्षसी वृत्ति बाधाहरू उत्पन्न हुन्छन्, तब तब अवतार लिएर आफ्ना भक्तहरू, साधकहरूमाथि अनुग्रह गर्नुहुन्छ । देवताहरूको प्रार्थनामा देवीले आफ्नो स्वरूपलाई स्पष्ट पार्दै भन्नुभएको छ कि म परब्रह्म स्वरूप हुँ, मबाट प्रकृति-पुरुषात्मक सद्रूप र असद्रूप जगत् उत्पन्न भएका छन्, म आनन्द र अआनन्दरूपा हुँ, म विज्ञान र अविज्ञानरूपा हुँ । जान्नयोग्य ब्रह्म पनि म नै हुँ । पंच्चीकृत अपंच्चीकृत महाभूत पनि म नै हुँ । यो सारा दृश्य जगत् म नै हुँ । वेद र अवेद

म नै हुँ। विद्या अविद्या पनि म नै हुँ। अजा-अनजा (प्रकृति र त्यसदेखि भिन्न) पनि म नै हुँ। माथि-तल, आमुने-सामुने पनि म नै हुँ। म रुद्र र वसुको रूपमा संचार गर्दछु। म आदित्य, विश्वदेवहरूको रूपमा डुलिरहन्छु। म मित्र र वरुण, देवहरूका इन्द्र एवं अग्नि र दुवै अश्विनीकुमारहरूको भरण पोषण गर्दछु। त्रिलोक्य आक्रान्त गर्नका लागि विस्तीर्ण पादक्षेप विष्णु, ब्रह्मदेव र प्रजापतिलाई मैले नै धारण गर्दछु। म सम्पूर्ण जगत्‌की ईश्वरी हुँ। म आत्मस्वरूपमा आकाशादिको निर्माण गर्दछु। मेरो स्थान आत्मस्वरूपलाई धारण गर्ने बुद्धिमा छ। यिनै भगवती शक्तिलाई विभिन्न नामले सम्बोधन गरिएको छ। यथा जगदम्बिका, अम्बिका, षोडशी, त्रिपुरसुन्दरी, राजराजेश्वरी, भगवती, शिवा, कुण्डलिनी। सर्वत्र स्थित निर्गुण, निराकार भगवती शक्तिको अवतरण भिन्न भिन्न समयमा यथा रामका साथ सीता, शंकरका साथ पार्वती, श्रीकृष्णका साथ राधा, विष्णुका साथ लक्ष्मी, श्रीनारायणका साथ भगवती रूपमा भएका थिए।

शास्त्रहरूमा उल्लेख छ कि आमा भगवती देवीको तेजोमय सगुण शरीरको निर्माण समस्त देवताहरूको तपःशक्तिको संयोजनबाट भएको हो। यिनै आमा भगवती देवीले सृष्टिकर्ता ब्रह्मा, सृष्टिका पालनकर्ता विष्णु, सृष्टिका संहारकर्ता रुद्र तथा खण्ड प्रलयका नियन्त्रक यममाथि पूर्ण नियन्त्रण राख्नुभएको छ। अर्थात् यी चारै भगवती देवीको इच्छाका अधीन छन्। यसैले भगवती मातालाई ब्रह्मा, विष्णु, रुद्र एवं समस्त देवताहरूबाट वन्दिता बताइएको छ। भगवती देवीद्वारा सम्पूर्ण विश्वमा नियन्त्रण राखिएको हुन्छ। उहाँकै इच्छाबाट अग्नि र सूर्य तप्त भएका छन् तथा इन्द्र, वरुण, यम आदि समस्त देव आ-आफ्ना काममा संलग्न छन्। कसैले आफूद्वारा निर्धारित नियमहरूको उल्लंघन गरेको भगवती देवीले पाउनुभयो भने उनलाई अन्न, वायु र वर्षारूपी माध्यमद्वारा उहाँले नाश गर्नुहुन्छ।

जब जब भगवती देवी आफ्ना भक्त, साधकहरूमाथि अनुग्रह गर्नका लागि सगुण, साकारमा अवतरित हुनुहुन्छ तब आफ्ना भक्त, साधकहरूका पापलाई आफ्नो अमृत करुणा नेत्रको माध्यमबाट समाप्त गरेर अनेक कल्याण स्वरूप ब्रह्मत्वतिर अग्रसर गरेर ऊर्ध्वगति प्रदान गर्नुहुन्छ।

स्थूल रूप

देवीको स्थूल स्वरूपको आराधना गर्नेले मन्त्र जप सिद्धि प्राप्त गर्दछ भने उसले आफ्नो नेत्रद्वारा त्यस दिव्य लोकोत्तर आह्लादकारक तेजपुञ्जको दर्शन प्राप्त गर्दछ र आफ्नो हातले उहाँको चरणलाई स्पर्श गरेर आफैलाई कृत्यकृत्य गर्दछ।

सूक्ष्म रूप

देवीको सूक्ष्म रूपका आराधक 'मन्त्रमयी देवता'को सिद्धान्तअनुसार मन्त्रवर्णमा देवता शरीरावयवको उपस्थितिलाई चिन्दछ तथा मन्त्र उच्चारण एवं मन्त्र ध्वनि श्रवणद्वारा भगवतीलाई सूक्ष्म रूपबाट साक्षात् गर्दछ।

पर रूप

महापुण्यवान् साधकले नै देवीको 'पर रूप'लाई आफ्नो मन इन्द्रियद्वारा गृहित गर्दछ। देवीको यो स्वरूप आत्मशक्ति जगदम्बाको पूर्ण चैतन्य रूप हो। गुरुको कृपा प्राप्त भएपछि मात्रै साधक यस स्वरूपसँग एकाकार हुन सक्छ। आत्मशक्तिको चैतन्यता प्राप्त गर्न मानव मात्रका लागि प्रत्यक्षतः केवल गुरुद्वारा मात्र सम्भव हुन सक्छ किनकि केवल गुरु नै आफ्नो आत्मशक्तिलाई चैतन्य गरेर प्रत्यक्ष देवको रूपमा साधकलाई सुलभ हुनुहुन्छ। यदि गुरुका साथ शिष्य आफ्नो आत्मशक्तिलाई अभेद भावले जोड्छ भने त त्यस शिष्यको भगवतीका साथ 'पर रूप'सित सम्बन्ध स्थापित हुन जान्छ। त्यसैले गुरु कृपाभन्दा ठूलो अन्य कुनै सुगम उपाय उपलब्ध छैन।

जय गुरुदेव !

नवरात्र र यस व्रतको महिमा

हामीले प्रतिवर्ष नवरात्रिको पर्वलाई पूर्ण श्रद्धा एवं धूमधामका साथ मनाउँदै आइरहेका छौँ । प्रत्येक वर्ष यो पर्व आफ्नो मनको इच्छा पूर्ण गर्ने अवसरको रूपमा आउँछ। आफ्ना समस्याहरूबाट छुटकारा पाउने, आफ्नो जीवनमा आइरहेका दुःखलाई भगाउने र जीवनमा सर्वस्व प्राप्त गर्ने सुनौलो अवसर हो नवरात्रि । नवरात्रिमा माता दुर्गा भवानीलाई प्रसन्न गर्ने प्रयास सबैको हुन्छ । मातालाई खुशी पार्न सकेमा उहाँबाट सबैथोक प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

देवी भगवतीको पूजाको चलन कहिलेदेखि प्रारम्भ भयो, नवरात्रिको व्रत बस्ने प्रथा कहिलेदेखि शुभारम्भ भयो भन्ने प्रश्न पनि उब्जिने गर्दछ । यस सम्बन्धमा धार्मिक ग्रन्थ तथा पुराणहरूबाट केही जानकारी प्राप्त हुन्छ जसलाई यहाँ उल्लेख गर्ने जमर्को गरेका छौँ ।

सृष्टिको रचना भएपछि मानवजाति अस्तित्वमा आयो । त्यतिबेला सर्वशक्तिमान नभए पनि तिनीहरूलाई पूज्य मानियो जो अरूभन्दा बलिया थिए । शक्ति, क्षमता, कुर्सीलाई सबै समयमा सम्मान प्राप्त भएको इतिहास हामीसँग छ । दुर्गा माता त स्वयंमा सर्वशक्तिसम्पन्न हुनुहुन्छ। दुर्गाको अर्थ हो जसले एउटा अभेद दुर्गले जस्तै रक्षा गर्छ। दुर्गा शब्दको व्याख्या गर्दै ऋषि वैयाकरण भन्छन्– दुःखको नाश गर्ने नै दुर्गा हुनुहुन्छ। अतः दुःख र दरिद्रता विनाशका लागि, संग्राममा विजय पाउनका लागि दुर्गाको पूजा गर्नुपर्दछ । यदि कुनै शत्रु अत्यन्तै क्रूर छ भने पनि त्यसको विनाशका लागि दुर्गा पूजाको विधान गरिएको छ। मारण-तारण, उच्चाटन, वशीकरण आदि तान्त्रिक क्रियाहरू पनि दुर्गाका रूपलाई पूजा आराधना गरेपछि मात्र गरिन्छन्। दुःखमा मात्रै होइन, गुण कर्मको साधना र परलोक सुखका लागि पनि दुर्गा शक्तिको पूजा, आराधना गरिन्छ। यो पूजा नवरात्रिको अवसरमा

सबैभन्दा अधिक फलदायी मानिन्छ । यसको अर्थ हो कि नवरात्रिमा दुर्गाको नवरूपको पूजाले सबै मनोकामनाहरूलाई पूर्ण गर्दछ ।

यस विश्वको उत्पत्ति एवं पालनका लागि नै दुर्गा भवानी श्वेती एवं आजीविकाको साधनको रूपमा प्रकट हुनुभएको हो । दुर्गा भवानी सम्पूर्ण जगत्को पीडालाई नाश गर्ने हुनुहुन्छ । उहाँ जो माथि प्रसन्न हुनुहुन्छ, उसको धर्म कहिले पनि शिथिल हुँदैन तथा ऊ नै आफ्ना स्त्री पुरुष र बच्चाहरूका साथ धन्य मानिन्छ । माता दुर्गा नै चराचर जगत्की अधिश्वरी हुनुहुन्छ, उहाँ नै यस

जगत्की एक मात्र आधार हुनुहुन्छ किनकि पृथ्वी रूपमा उहाँको नै उपस्थिति भइरहेको छ ।

नवरात्रिको नौ रात आफैमा तीन आदि शक्ति अर्थात् दुर्गा, लक्ष्मी र सरस्वतीलाई शक्ति साधनाद्वारा जीवनमा अनुकूल गर्ने रात्रि हुन् । यिनै त्रिशक्तिद्वारा नै जगत्का समस्त शक्तिहरूको उद्भव वा संरचन भएको हो । नवरात्रिको प्रथम तीन रात्रिमा दुर्गाको, त्यसपछिको तीन रात्रिमा लक्ष्मी र बाँकी तीन रात्रिमा सरस्वती माताको उपासना गरिन्छ । यी तीनै शक्तिहरूद्वारा मानिसले आफ्नो आन्तरिक एवं बाह्य शक्तिहरूमाथि विजय हासिल गर्दछ ।

नवरात्रिको यो विशेष पर्व आफूभित्रको अज्ञानता, दोष, कमीहरूलाई निकालेर आफूभित्र शक्ति भर्ने पर्व हो । यदि संसार विपत्ति सागर हो भने त्यसबाट पूर्ण रूपले बाहिर निस्कनका लागि शक्तिशाली हुनै पर्ने हुन्छ, आफूभित्र शक्ति, सामर्थ्य भर्नै पर्ने हुन्छ । यो शक्तिले नै पृथक् पृथक्रूपमा विद्यमान भएर साधकको कार्यलाई सम्पन्न गर्दछ ।

दुर्गा पूजनका लागि कुनै पनि दिन शुभ मानिन्छ । तर प्रत्येक अष्टमी तथा हरेक शुक्रबारको दिन र चैत्र, आषाढ, आश्विन र माघ महिनाको शुक्ल पक्षमा दुर्गा आराधना गर्ने महान् अवसर मानिन्छ । अधिकांश श्रद्धालु चैत्र र आश्विन महिनामा नौ दिन भगवती दुर्गाको आराधना गर्दछन् । संयोगवश यसै शारदीय र बोधन नवरात्रमा भगवान् श्रीरामको आराधना पनि हुन्छ ।

पौराणिक कथा र धार्मिक विज्ञहरू श्री दुर्गा नवरात्र व्रतको शुरुआत कहिलेदेखि प्रारम्भ भयो भन्ने बारेमा यसरी बताउँछन्– एकपटक वृहस्पति ब्रह्माकहाँ पुग्नुभयो । 'हे प्रभु ! कृपा गरेर बताउनुहोस् कि चैत्र, आश्विन, माघ र आषाढ महिनाको शुक्ल पक्षमा नवरात्रको व्रत तथा उत्सव किन गरिन्छ ? हे प्रभु ! यस व्रतबाट के फल प्राप्त हुन्छ तथा यो व्रत कसरी गरिन्छ ? पहिले यसलाई कसले गरेका थिए ? मलाई बताउने कृपा गर्नुहोस् ।' देवगुरु वृहस्पतिको यस जिज्ञासालाई सुनेर ब्रह्माजी भन्नुहुन्छ– 'जो मनुष्य सबै मनोरथ पूर्ण गर्ने माता दुर्गा, महादेवी, सूर्य र नारायणको ध्यान गर्दछ, त्यो मनुष्य धन्य छ । नवरात्र व्रत सम्पूर्ण कामना पूर्ण गर्ने हो । यो व्रत बस्नाले पुत्र, धन, विद्या, सुख आदि प्राप्त हुन्छ । यसलाई गर्नाले रोगी मनुष्य पनि निरोगी हुन्छ, जेलमा परेको मानिस पनि बन्धनमुक्त हुन्छ ।

यस व्रतबाट मानिसका सबै विपत्तिको नाश हुन्छ तथा उसको पाप नष्ट हुन लाग्दछ । यदि दिनभरि उपवास बस्न नसके पनि एकपटक भोजन गरेर परिवारसहित नवरात्र व्रतको कथा श्रवण गरुन् ।' यसपछि ब्रह्माले वृहस्पतिलाई नवरात्र व्रतको वर्णन यसप्रकार गर्नुभयो–

'हे देवगुरु ! हजूरले जगत् कल्याणका लागि राम्रो प्रश्न गर्नुभयो । प्रत्येक वर्ष चारपटक नवरात्र व्रत हुन्छ– चैत्र, आषाढ, आश्विन र माघ महिनाको शुक्ल पक्षलाई यसका लागि निश्चित गरिएको छ । यी चारमा पनि प्रमुख चैत्र र आश्विन महिनालाई मानिएको छ । यी नवरात्रको व्रत गर्नेहरूका सबै मनोकामनाहरू पूर्ण हुन्छन् । माता भगवतीको कृपाले व्रत, पूजन र कथा श्रवणका साथ दान-पुण्य गर्ने मोक्षका अधिकारी हुन्छन् । नवरात्र व्रत गर्ने धन, विद्या, पुत्रादि प्राप्त गर्दछन् । यस व्रतलाई नगर्ने मानिस उत्तम धनले रहित भएर पृथ्वीमा सम्मान पाउँदैनन् । यस व्रतलाई गर्नेले दिनभरि उपवास बस्न नसके पनि एक समय भोजन गरुन् र त्यस दिन बन्धु बान्धवहरूसहित नवरात्र व्रतको कथा श्रवण गरुन् । हे वृहस्पते ! जसले पहिले यस महाव्रतलाई गरेका थिए, उनको पवित्र इतिहास म सुनाउँछु ।' ब्रह्माजीबाट यस्तो कुरा सुनेर वृहस्पतिले भन्नुभयो– 'कल्याण गर्ने यस व्रतको इतिहासलाई मैले सावधान भएर सुनिरहेको छ । कृपया सविस्तार बताउनुहोस् ।'

ब्रह्माजीले भन्नुभयो– 'पीठत नामक मनोहर नगरमा एक सुनाथ नामका ब्राह्मण थिए । उनी भगवती दुर्गाका भक्त थिए । उनको परिवारमा सम्पूर्ण सद्गुणले भरिएकी ब्रह्माको उत्तम रचना एउटी अत्यन्त सुन्दर पुत्रीको जन्म भयो । ती कन्याको नाम सुमती राखियो । कन्या शुक्ल पक्षको चन्द्रमा बढे जस्तै बढ्दै गइन् । उनका पिताले प्रतिदिन माता दुर्गाको पूजा र हवन गर्दथे । कन्या पनि नियमपूर्वक उपस्थित हुन्थिन् । एकदिन सुमति आफ्ना साथीहरूका साथ खेल्दै थिइन् । बिर्सेर भगवती दुर्गाको पूजनमा उनी ढिलो उपस्थित

नवरात्रिको नौ रात आफैमा तीन आदि शक्ति अर्थात् दुर्गा, लक्ष्मी र सरस्वतीलाई शक्ति साधनाद्वारा जीवनमा अनुकूल गर्ने रात्रि हुन् । यिनै त्रिशक्तिद्वारा नै जगतका सामस्त शक्तिहरुको उद्भव वा संरचन भएको हो ।

भइन् । छोरीको पूजामा मन नभएको होला भन्ने ब्राह्मणले ठाने । उनले क्रोधमा आएर भने– 'म अब यसलाई यस्तो ठाउँमा बिहे गरिदिन्छु जहाँ यसको रूप, रङ व्यर्थ हुन जानेछ ।' ब्राह्मणले पुनः भने– 'छोरी, मैले भनेको नमानेकीले तिम्रो नराम्रो हुनेछ ।' छोरीले अति नै विनम्र भएर भनिन्– 'बुबा ! भगवती माता मेरो रक्षक हुनुहुन्छ । भाग्यमा लेखिएको मेटिन्न ।' पितालाई पुत्रीको यस्तो कुराले झनै रीस उठ्यो । उनले भने– 'छोरी, तिमीले भगवती माताको पूजा गरिनौ । अब म कुष्ठरोगी र दरिद्रसित तिम्रो बिहे गरिदिन्छु ।' यसप्रकार कुपित पिताको वचन सुनेर सुमतिलाई अति दुःख लाग्यो । छोरीले भनिन्– 'पिताजी, म हजूरकी कन्या हुँ । सबै प्रकारले हजूरको अधीनमा छु । हजूरको जहाँ इच्छा छ, त्यहीँ मेरो विवाह गरिदिन सक्नुहुन्छ । मेरो भाग्यमा जे लेखिएको छ, त्यही हुनेछ । भाग्यमाथि मेरो पूर्ण विश्वास छ । मानिसका जतिसुकै मनोकामनाहरू भए पनि भाग्यमा जे लेखिएको छ, त्यही मात्र हुन्छ ।' आफ्नी छोरीको यस्तो निर्भययुक्त वचन सुनेर ब्राह्मणलाई झनै रीस उठ्यो । उनले आफ्नो छोरीको विवाह एकजना कुष्ठरोगीसँग गरिदिए । उनले भने– 'हेरुँ, भाग्यको भरोसा गरेर के गर्छौ ?' आफ्ना बुबाको यस्तो कठोर व्यवहार देखेर सुमतिले विचार गरिन्– 'मलाई कुष्ठ भएको श्रीमान् प्राप्त भयो । अब कतै जानु पर्ला ।' सुमति आफ्ना पतिका साथ वनमा गइन् । डरलाग्दो वनमा सुमति र उनका पतिले बडो कष्टसँग रात बिताए । रातभरि दम्पत्तिले भगवती माताको ध्यान गर्दै रहे । माता अति नै दयालु हुनुहुन्छ । सुमतिलाई देखेर माता अति नै द्रवित हुनुभयो । उहाँले सुमतिलाई भन्नुभयो–

आश्विन महिनाको शुक्ल पक्षको प्रतिपदादेखि लिएर नौ दिनसम्म विधिपूर्वक व्रत गरियोस् । योग्य ब्राह्मणसँग सोधेर घट स्थापना गरियोस् र वाटिका बनाएर त्यसलाई प्रत्येक दिन जलले सिँचियोस् । महाकाली, महालक्ष्मी र महासरस्वतीको मूर्ति बनाएर नित्य विधिसहित पूजा गरियोस् ।

'ब्राह्मणी ! म तिमीसित प्रसन्न छु । तिमी जे चाहन्छौ, त्यो वरदान माग्न सक्छौ ।' भगवती माताको यस्तो वचन सुनेर सुमतिले भन्न थालिन्– 'मसित प्रसन्न हुनुहुने हजूर को हुनुहुन्छ ? पहिले मलाई यो बताउनुहोस् र आफ्नो कृपा दृष्टिबाट म दीपदासीलाई कृतार्थ गर्नुहो्स ।' सुमतिको कुरा सुनेर भगवती माताले भन्नुभयो– 'म आदिशक्ति हुँ र म नै ब्रह्मविद्या हुँ, सरस्वती हुँ । म प्रसन्न हुँदा प्राणीहरूको दु:ख दूर गरेर उनीहरूलाई सुख पुऱ्याउँछु ।' 'यस जन्ममा त मैले कुनै पाप गरेको छैन, हजूरले कृपा गरेर मेरो पहिलेको जन्म बताउनुहोस् ।' भगवतीले भन्नुभयो– 'म तिम्रो पूर्व जन्मको वृत्तान्त सुनाउँछु । तिमी पूर्वमा निषाद (भील) की पतिव्रता स्त्री थियौ । एकदिन तिम्रा पतिले चोरी गरे । चोरीका कारण तिमीहरू दुवैलाई समातेर कैद गरियो । भाग्यवश त्यो नवरात्रिको बेला थियो । नवरात्रमा न त तिमीहरूलाई कुनै खाना नै प्राप्त भयो, न त पिउनका लागि पानी । यसप्रकार अनजानमा भए पनि नौ दिनसम्म नवरात्रको व्रत हुन पुग्यो । व्रतको प्रभावबाट तिमीलाई उत्तम परिवार प्राप्त भएको हो । त्यसै व्रतको प्रभावबाट मैले दर्शन दिएकी हुँ । अब तिमीलाई मनोवाञ्छित वस्तु प्राप्त भइरहेको छ, तिम्रो जे इच्छा छ, त्यो माग ।' माता दुर्गाको यस्तो वचन सुनेर सुमतिले भनिन्– 'यदि हजूर मसँग प्रसन्न हुनुहुन्छ भने कृपा गरेर मेरो पतिको कुष्ठरोगलाई नष्ट गरिदिनुहोस् ।' भगवतीले भन्नुभयो– 'ती दिनमा तिमीले गरेको व्रतको मात्रै एक दिनको पुण्य तिम्रो श्रीमान्‌को कुष्ठरोग निको पार्न अर्पण गर । मेरो प्रभावबाट तिम्रो श्रीमान् कुष्ठरोगबाट मुक्त हुनेछन् ।'

माता दुर्गाको महिमा अपार छ । कुनै पनि जन्ममा गरिएको पुण्य, उहाँको नाम स्मरण, व्रतले भक्तको इच्छा पूर्ण गर्दछ । ब्रह्माजीले भन्नुभयो– 'देवीको कुरा सुनेर सुमति अति नै प्रसन्न भइन् । आफ्ना पतिलाई रोगबाट मुक्त गर्ने इच्छाले मातालाई प्रणाम गरेर उनले भनिन्– 'माता, हजूरले ममाथि कृपा गर्नुहोस् र मेरो पूजनको फल दिनुहोस् । मेरो श्रीमान्‌लाई रोग मुक्त गरिदिनुहोस् ।' सुमतिको पतिको शरीर भगवती दुर्गाको कृपाले कान्तियुक्त भयो । पतिको मनोहर शरीरलाई देखेर सुमतिले माता दुर्गाको स्तुति गर्न लागिन् । उनले भनिन्– 'हे दुर्गे ! हजूर दुर्गतिलाई दूर गर्ने, तीनै जगत्‌को सन्ताप हर्ने, प्रसन्न हुनुहुँदा मनोवांछित वस्तु दिनुहुने र दुष्टहरूको नाश गर्ने हुनुहुन्छ । सारा जगत्‌की हजूर नै माता हुनुहुन्छ, पिता हुनुहुन्छ । हे अम्बे ! मेरो बुबाले कुष्ठरोगीसित मेरो विवाह गरिदिनुभएको थियो । हजूरले मेरो उद्धार गर्नुभयो । म हजूरलाई प्रणाम गर्दछु ।' यसप्रकार वन्दना गरेर सुमति माता दुर्गाको चरणमा परिन् । ब्रह्माजीले बताउनुभयो– 'वृहस्पति ! सुमतिले मनबाट देवीको स्तुति गरेकी थिइन् । देवी सन्तुष्ट हुनुभयो । उहाँले ब्राह्मणीलाई भन्नुभयो– 'हे ब्राह्मणी ! तिम्रो उद्दालक नामक अति बुद्धिमान्, धनवान्, कीर्तिमान र जितेन्द्रिय पुत्र हुनेछ ।' यस्तो भनेर देवी त्यस ब्राह्मणीलाई भन्न लाग्नुभयो– 'हे ब्राह्मणी ! अरू पनि केही तिम्रा इच्छाहरू छन् भने माग ।' सुमतिले भनिन्– 'हे दुर्गे ! यदि हजूर ममाथि प्रसन्न हुनुहुन्छ भने कृपा गरेर मलाई नवरात्र व्रत विधि बताउनुहोस् । हे दयावती ! जुन विधिले नवरात्र व्रत गर्नाले हजूर प्रसन्न हुनुहुन्छ, त्यस विधिलगायत त्यसको फलको सविस्तार वर्णन गर्नुहोस् ।' ब्राह्मणीको यस्तो कुरा सुनेर दुर्गा भवानीले भन्नुभयो– 'हे ब्राह्मणी ! म तिम्रो लागि सम्पूर्ण पापलाई नष्ट गर्ने नवरात्रि व्रत विधिलाई बताउँछु जसबाट मनुष्यले पापबाट छुटेर मोक्ष पाउँदछ । आश्विन महिनाको शुक्ल पक्षको प्रतिपदादेखि लिएर नौ दिनसम्म विधिपूर्वक व्रत

गरियोस् । योग्य ब्राह्मणसँग सोधेर घट स्थापना गरियोस् र वाटिका बनाएर त्यसलाई प्रत्येक दिन जलले सिँचियोस् । महाकाली, महालक्ष्मी र महासरस्वतीको मूर्ति बनाएर नित्य विधिसहित पूजा गरियोस् । विधिपूर्वक अर्घ्य दिइयोस् । बिजौराको फूलको अर्घ्य दिनाले रूपको प्राप्ति हुन्छ र जाइफलबाट कीर्ति र दाखले कार्य सिद्धि हुन्छ । अमलाबाट सुख र केराबाट आभूषणको प्राप्ति हुन्छ । यसप्रकार फलबाट अर्घ्य दिएर यथाविधि हवन गरियोस् । सख्खर, घिउ, गहुँ, मह, जौ, तिल, बेलपत्र, नरिवल, दाख र कदम्बबाट हवन गरियोस् । गहुँबाट हवन गर्नाले लक्ष्मी प्राप्ति हुन्छ । अमलाबाट कीर्ति र केराबाट पुत्र प्राप्ति हुन्छ । कमलबाट राज सम्मान र दाखबाट सुख र सम्पत्तिको प्राप्ति हुन्छ । सख्खर, घिउ, नरिवल, मह, जौ र तिल तथा फलहरूबाट हवन गर्नाले मनोवाञ्छित वस्तुको प्राप्ति हुन्छ । व्रत गर्नेले यस विधानबाट हवन गरेर आचार्यलाई अति नै नम्र भएर प्रणाम गरुन् र यज्ञ सिद्धिका लागि उनलाई दक्षिणा देऊन् । यस महाव्रतलाई पहिले बताइएको विधिअनुसार जसले गर्दछ, उसका सबै मनोरथ सिद्ध हुन्छन् । यसमा नवरात्रको व्रत गर्नाले अश्वमेध यज्ञको फल मिल्दछ ।'

नवरात्रमा भगवतीको पूजन, हवनको यो विधिबारे थाहा पाएर ब्राह्मणी प्रसन्न भइन् । हे देवगुरु वृहस्पति ! सम्पूर्ण कामनाहरूलाई पूर्ण गर्ने यस उत्तम व्रतलाई तीर्थ, देवी मन्दिर अथवा सुविधा भएमा घरमा पनि विधिपूर्वक गरियोस् । कवच, कीलक, अर्गलास्तोत्रको पाठ, हवन, पुराण पाठका साथ, भगवतीको पूजन गर्नुपर्छ । नवरात्र व्रत विधि र फल बताएर देवी अन्तर्धान हुनुभयो । जसले यस व्रतलाई भक्तिपूर्वक गर्दछ, उसले यस लोकमा सुख पाएर अन्तमा मोक्ष प्राप्त गर्दछ ।

यसप्रकार ब्रह्माले वृहस्पतिलाई नवरात्रिको पूर्ण व्रत कथा भन्नुभयो र यो पनि बताउनुभयो कि भगवती कसरी व्रत गर्नाले चाँडै प्रसन्न हुनुहुन्छ । त्यही बेलादेखि माता दुर्गाबाट आफ्ना मनोकांक्षा पूर्तिका लागि नवरात्रिमा नौ दिनसम्म व्रत राख्न थालियो । यसैकारण आज पनि हाम्रो समाजमा, हाम्रो धर्ममा नवरात्रिको पर्व आनन्द, उल्लास, श्रद्धा, आस्थापूर्वक मनाइन्छ । नवरात्रिमा साधक आफ्ना सबै इच्छाहरूलाई पूरा गर्न सक्षम हुन्छन् । जय गुरुदेव !

श्रीदक्षिणा-कालिका जगन्मङ्गल-कवच

(सर्वबाधा विनाश, शक्ति प्राप्ति र तेजस्विताका लागि)

काली महाकाली दक्षिणकाली महादुर्गा यी सबै त्यस महाशक्तिका नाम हुन् जसले भगवान् शिवलाई पनि आफ्नो वशमा गर्न सक्नुहुन्छ । शक्तिको तात्पर्य नै महाकाली हो। महाकालीको कालो स्वरुप जगतका सम्पूर्ण रङलाई आफूभित्र समेट्न समर्थ छ। यसरी नै काली महाशक्तिले आफूभित्र समस्त देवीदेवताहरुको गुणहरुलाई समाहित गर्नुभएको छ । कहिले महाकाली दुर्गा स्वरुपमा आउनुहुन्छ, त कहिले चामुण्डा रुपमा, कहिले सरस्वती त कहिले महालक्ष्मीको रुपमा । साधकका लागि उहाँ वरदायिनी महास्वरुप र दुष्टहरुका लागि भय दिने महादेवी हुनुहुन्छ। जसले महाकालीको साधना गर्छ, ऊ धन्य-धन्य हुन पुग्छ। माता महाकालीको सेवामा यो जगन्मङ्गल कवच प्रस्तुत छ । यसलाई सस्वर उच्चारण गरेर महाकालीको महाभावलाई जीवनको रोम रोममा बसाउनुहोस् । भगवती महाकालीको कृपा र आशीर्वाद तपाईँहरुलाई निरन्तर प्राप्त होस्। यही कामना छ नवरात्रिको शुभ अवसरमा !

विनियोग : ॐ श्रीजगन्मङ्गलस्यास्य कवचस्य श्रीशिवः ऋषिः। अनुष्टुप् छन्दः। श्रीदक्षिणा–कालिका देवता। जगतां मोहने, दुष्ट–विजये, भुक्ति–मुक्तिषु, योषिदाकर्षणे वा पाठे विनियोगः।

ऋष्यादि न्यास : श्री शिव–ऋषये नमः शिरसि। अनुष्टुप्–छन्दसे नमः मुखे। श्रीदक्षिणा–कालिका–देवतायै नमः हृदि। जगतां मोहने, दुष्ट–विजये, भुक्ति–मुक्तिषु, योषदाकर्षणे वा पाठे विनियोगाय नमः।

॥ कवच स्तोत्र ॥

शिरो मे कालका पातु, क्रीङ्कारैकाक्षरी परा।
क्रीं क्रीं क्रीं मे ललाटे च, कालिका खड्ग–धारिणी ॥१॥
हूँ हूँ पातु नेत्र–युग्मं, ह्रीं ह्रीं पातु श्रुति–द्वयं।
दक्षिणे कालिके पातु घ्राण–युग्मं महेश्वरि ! ॥२॥
क्रीं क्रीं क्रीं रसना पातु, हूँ हूँ पातु कपोलकं।
वदनं सकलं पातु, ह्रीं ह्रीं स्वाहा–स्वरूपिणी ॥३॥
द्वा–विंशत्यक्षरी स्कन्धौ, महा–विद्याऽखिल–प्रदा।
खड्ग–मुण्ड–धरा काली, सर्वाङ्गमभितोऽवतु ॥४॥
क्रीं हूँ ह्रीं त्र्यक्षरी पातु, चामुण्डा हृदयं मम।
ऐं हूँ ॐ ऐं स्तन–द्वन्द्वं, ह्रीं फट् स्वाहा ककुत्स्थलम् ॥५॥
अष्टाक्षरी महा–विद्या, भुजौ पातु स–कर्तृका।
क्रीं क्रीं हूँ हूँ ह्रीं ह्रीं पातु, करौ षडक्षरी मम ॥६॥
क्रीं नाभिं मध्य–देशं च, दक्षिणे कालिकेऽवतु।
क्रीं स्वाहा पातु पृष्ठं च, कालिका सा दशाक्षरी ॥७॥
क्रीं मे गुह्यं सदा पातु, कालिकायै नमस्ततः।
सप्ताक्षरी महा–विद्या, सर्व–तन्त्रेषु गोपिता ॥८॥

ह्रीं ह्रीं दक्षिणे कालिके, हूँ हूँ पातु कटि द्वयं ।
काली दशाक्षरी विद्या, स्वाहान्ता चोरु–युग्मकम् ॥९॥
ॐ ह्रीं क्रीं स्वाहा मे पातु, जानुनी कालिका सदा ।
काली हृदय–विद्येयं, चतुर्वर्ग–फल–प्रदा ॥१०॥
क्रीं हूँ ह्रीं पातु सा गुल्फं, दक्षिणे कालिकेऽवतु ।
क्रीं हूँ ह्रीं स्वाहा मे पातु, चतुर्दशाक्षरी मम ॥११॥
खड्ग–मुण्ड–धरा काली, वरदाभय–धारिणी ।
विद्याभिः सकलाभिः सा, सर्वाङ्गमभितोऽवतु ॥१२॥
काली कपालिनी कुल्ला, कुरु–कुल्ला विरोधिनी ।
विप्र–चित्ता तथोग्रोग्र–प्रभा दीप्ता घनत्विषः ॥१३॥
नीला घना बलाका च, मात्राद्रमुदा मिता च मां ।
एताः सर्वाः खड्ग–धरा, मुण्ड–माला–विभूषणा ॥१४॥
रक्षन्तु मां दिग्–विदिक्षु, ब्राह्मी नारायणी तथा ।
माहेश्वरी च चामुण्डा, कौमारी चापराजिता ॥१५॥
वाराही नारसिंही च, सर्वाश्चामित–भूषणाः ।
रक्षन्तु स्वायुधैर्दिक्षु, विदिक्षु मां यथा–तथा ॥१६॥
शुभं ते कथितं दिव्यं, कवचं परमाद्भुतं ।
श्रीजगन्मङ्गलं नाम, महा–विद्यौघ–विग्रहम् ॥१७॥

फल–श्रुति

त्रैलोक्यर्षणं ब्रह्म–कवचं परमाद्भुतं ।
गुरु–पूजां विधायाथ, विधि–वत् प्रपठेत् ततः ॥१॥
कवचं त्रिः सकृद् वापि, यावज्ज्ञानं च वा पुनः ।
एतच्छतार्धमावर्त्य, त्रैलोक्य–विजयी भवेत् ॥२॥

(तीनै लोकलाई आकर्षित गर्नुहुने परम अद्भुत ब्रह्म कवचलाई विधिपूर्वक गुरु पूजन गरेपछि पाठ गर्नुहोस् ॥१॥ यस कवचको पाठ प्रातः मध्याह्न तथा साँझ एकपटक वा जति हुन सक्छ, पाठ गर्नुहोस् । एकाउन्न पटक पाठ गर्ने साधकले त्रैलोक्य विजय गर्दछ ॥२॥)

भावार्थ

'क्रीं' बीजमयी परात्परा एकाक्षरी भगवती कालिका मेरो शिरको रक्षा गर्नुहोस् तथा क्रीं क्रीं क्रीं ;यक्षरा बीजमयी खड्गधारिणी देवी काली मेरो ललाटको सुरक्षा गर्नुहोस् ॥१॥

'हूं हूं' बीजयुक्ता देवी दुवै नेत्रको, ह्रीं ह्रीं बीजमयी दुवै कानको तथा महेश्वरी दक्षिण काली दुवै नासिकाको रक्षा गर्नुहोस् ॥२॥

'क्रीं क्रीं क्रीं' बीजा जिह्वाको, हूं हूं बीजा दुवै गालाको, ह्रीं ह्रीं बीजयुक्ता स्वाहा स्वरुपिणी भगवती काली समस्त मुख मण्डलको सुरक्षा गर्नुहोस् ॥३॥

समस्त महाविद्यामयी बाइस अक्षरा भगवती मेरा दुवै स्कन्धको तथा खड्ग तथा मुण्ड धारण गर्ने भगवती काली मेरा सबै अङ्गहरूको रक्षा गर्नुहोस् ॥४॥

'क्रीं ह्रीं हूं' ;यक्षरी बीजा चामुण्डा मेरो हृदयको रक्षा गर्नुहोस्, ऐं हूं ॐ ऐं बीज दुवै स्तनको, 'ह्रीं फट् स्वाहा' मन्त्र स्वरूपा भगवती काली स्कन्ध भागको सुरक्षा गर्नुहोस् ॥५॥

कटार धारण गर्नुभएकी अष्टाक्षरी महाविद्या दुवै भुजाहरूको तथा 'क्रीं क्रीं हूं हूं ह्रीं ह्रीं' षड् अक्षरी देवी काली दुवै हातको रक्षा गर्नुहोस् ॥६॥

'क्रीं' बीजा देवी दक्षिण काली नाभिस्थानको तथा दशाक्षरा भगवती काली, जो 'क्रीं स्वाहा' स्वरूपा हुनुहुन्छ, मेरो पृष्ठ भागको सुरक्षा गर्नुहोस् ॥७॥

'क्रीं' बीजमयी देवी गुह्य स्थानको रक्षा गर्नुहोस्, भगवती कालीलाई म नमन गर्दछु, तथा सप्त अक्षरा महाविद्या समस्त तन्त्रका सारभूता हुनुहुन्छ ॥८॥

'ह्रीं ह्रीं हूं हूं' बीजा दक्षिण काली दाया बायाँ कटी भागको तथा स्वाहा जसको अन्तमा छ, यस्तो दशाक्षरा काली दुवै जाँघको रक्षा गर्नुहोस् ॥९॥

'ॐ ह्रीं क्रीं स्वाहा' मन्त्रमयी देवी काली दुवै घुँडाको रक्षा गर्नुहोस् जो धर्म, अर्थ, काम र मोक्ष दिने हो ॥१०॥

'क्रीं हूं ह्रीं बीज' स्वरूपा देवी दक्षिण काली दुवै कुर्कुच्चाको तथा 'क्रीं हूं ह्रीं स्वाहा' मन्त्रमयी देवी मेरा समस्त अङ्गहरूको रक्षा गर्नुहोस् ॥११॥

खड्ग, मुण्ड, वर तथा अभय दिने सबै विद्या स्वरूपा देवी काली मेरा सबै अङ्गहरूको रक्षा गर्नुहोस् ॥१२॥

काली, कपालिनी, कुल्ला, कुरुकुल्ला विरोधिनी, साधकहरूको मनलाई प्रसन्न गर्नुहुने, अत्यन्त उग्र स्वरूपा, दीप्तिमयी, अत्यधिक प्रकाशमयी ॥१३॥

घना नील वर्णयुक्त तथा स्वच्छ वर्णमिश्रित प्रसन्नताले मन्दस्मित गर्नुहुँदै खड्ग र भृजुमाला धारण गर्नुभएकी ॥॥१४॥

ब्राह्मी, नारायणी, माहेश्वरी, चामुण्डा, कौमारी, अपराजिता यी नामहरूले युक्त भगवती काली मेरो रक्षा गर्नुहोस् ॥१५॥

वाराही, नारसिंही, अनेक उत्तम भूषण पहिरिनुभएकी जसरी हुन्छ सबै दिशाहरूमा मेरो रक्षा गर्नुहोस् ॥१६॥

हे देवी पार्वती ! हजूरको लागि यो शुभ दिव्य तथा परम अद्भूत सबै महाविद्याहरूका साक्षात् स्वरूप जगन मङ्गल नामक कवचलाई महादेवले प्रकट गर्नुभयो ॥१७॥

शास्त्रका अनुसार यस कवचलाई भोजपत्रमा लेखेर तामा अथवा सुनको कवचमा राखी त्यसलाई कालो धागोमा उनेर घाँटीमा धारण गर्ने अथवा पाखुरामा बाँध्ने हो भने यसले शरीरमा यस्तो विद्युत् प्रवाह दिन्छ जसबाट शरीरका अङ्ग-अङ्गमा वीर भाव आउँछ । आवश्यकता यसको मात्र हुन्छ कि यो कवच मन्त्र-सिद्ध-प्राण प्रतिष्ठायुक्त देवी मन्त्रहरूले सम्पुटित र विधि-विधानसहित रचना गरेको हुनुपर्छ ।

देवी भक्त साधकले यस कवचको नेपाली अनुवादलाई देवी महाकालीको चित्र स्थापित गरेर उच्चारण गर्न सक्दछन् । प्रत्येक दृष्टिबाट यो कवच शक्ति प्रदायक छ, शक्तिपुञ्ज छ जसलाई अवश्यै धारण गर्नुपर्दछ ।

जय गुरुदेव !

माता कालो-पूजन

माता कालीको पूजन विशेष गरेर नवरात्रिमा गर्दा उहाँको परम कृपा प्राप्त गर्न सकिन्छ । प्रात:कालमा स्नानादि नित्यकर्मबाट निवृत्त भएर शुभ-मुहूर्तमा पहिल्यै शुद्ध गरिएको पूजा स्थानमा कालो आसन ओछ्याएर आफ्नो अगाडि प्राण-प्रतिष्ठित काली यन्त्र, गुटीका एवं अन्य पूजन सामग्रीहरू लिएर बसौं । यन्त्र एवं गुटीकालाई आफ्नो अगाडि स्थापित गरौं र निम्नानुसार पूजन गरौं–

स्वागत

फूल लिएर निम्नलिखित मन्त्र पढौं र माताको यन्त्रमाथि चढाऔं–

स्वागतं ते महामाये चण्डिके सर्वमंगले ।
पूजा गृहाण विविधां सर्वकल्याणकारिणी ॥

आसन

निम्नलिखित मन्त्र पढेर फूल चढाऔं–

ॐ आसनं भास्वरं तुंगं मांगल्यं सर्वमंगले ।
भजस्व जगतां मात: प्रसीद जगदीश्वरि ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि स्वाहा ॥

पाद्य

अब निम्नलिखित मन्त्र पढेर जल अर्पण गरौं–

ॐ गंगादि सलिलाधारं तीर्थं मन्त्राभिमन्त्रिम् ।
दूर यात्रा श्रम हरं पाद्यं तत्प्रति गृह्यताम् ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि स्वाहा ॥

अर्घ्य

निम्नलिखित मन्त्र पढेर देवीलाई अर्घ्य जल अर्पण गरौं–

ॐ तिल तण्डुल संयुक्तं कुश पुष्प समन्वितम् ।
सुगन्धं फल संयुक्तमर्घ्यं देवि गृहाण मे ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि स्वाहा ॥

आचमन

निम्नलिखित मन्त्र पढेर देवीलाई आचमनीले जल चढाऔं–

ॐ स्नानादिकं विधायापि यत: शुद्धिरवाप्यते ।
इदमाचमनीयं हि कालिके देवि प्रगृह्यताम् ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि स्वाहा आचमनीयं निवेदयामि ।

स्नान

सुगन्धित जलले निम्नलिखित मन्त्र पढेर देवीलाई स्नान गराऔं–

ॐ रवमाप: पृथिवी चैव ज्योतिषं वायुरेव च ।
लोक संस्मृति मात्रेण वारिणा स्नापयाम्यहम् ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि स्वाहा स्नानं निवेदयामि ॥

मधुपर्क

मधुपर्क काँसको पात्रमा निर्माण गरिन्छ । यसका लागि शुद्ध घिउ, शुद्ध मह एवं शुद्ध दही लिनु आवश्यक हुन्छ । यी सामग्रीहरूलाई काँसको पात्रमा मिसाएर निम्नलिखित मन्त्र पढेर देवीलाई अर्पण गरौं–

ॐ मधुपर्कं महादेवि ब्रह्माद्यै: कल्पितं तव ।
मया निवेदितं भक्त्या गृहाण् गिरि पुत्रिके ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि स्वाहा ॥

पुनराचमन

पुन: देवीलाई निम्नलिखित मन्त्रबाट आचमन गराऔँ–

ॐ स्नानादिकं पुर: कृत्वा पुन: शुद्धिरवाप्यते ।
पुनराचमनीयं च कालिके देवि प्रगृह्यताम् ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि स्वाहा ॥

चन्दन

निम्नलिखित मन्त्र पढेर देवीलाई श्वेत चन्दन अर्पण गरौँ–

ॐ मलयांचल सम्भूतं नाना गंध समन्वितम् ।
शीतलं बहुलामोदं चन्दनम् गृह्यतामिदम् ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि स्वाहा ॥

सिन्दूर

निम्नलिखित मन्त्र पढेर देवीलाई सिन्दूर अर्पण गरौँ–

ॐ सिन्दूरं सर्वसाध्वीनां भूषणाय विनिर्मितम् ।
गृहाण वर दे देवि भूषणानि प्रयच्छ मे ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि स्वाहा सिन्दूरम् समर्पयामि ॥

कुंकुम

निम्नलिखित मन्त्र पढेर देवीलाई कुंकुम चढाऔँ–

ॐ जपापुष्पप्रभं रम्यं नारी भाल विभूषणम् ।
भास्वरं कुंकुमं रक्तं देवि दत्तं प्रगृह्य मे ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरी स्वाहा कुंकुमं समर्पयामि ॥

अक्षता

निम्नलिखित मन्त्र पढौँ र देवीलाई अक्षता समर्पित गरौँ–

ॐ अक्षतं धान्यजं देवि ब्रह्मणा निर्मितं पुरा ।
प्राणदं सर्वभूतानां गृहाण वर दे शुभे ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि स्वाहा अक्षतम् समर्पयामि ॥

पुष्प

निम्नलिखित मन्त्र पढेर देवीलाई फूल अर्पण गरौँ–

ॐ चलत्परिमलामोदमत्तालि गण संकुलम् ।
आनन्दनन्दनोद्भूतं कालिकायै कुसुमं नम: ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि स्वाहा पुष्पम् समर्पयामि ॥

बिल्वपत्र

निम्नलिखित मन्त्र पढेर देवीलाई बेलपत्र अर्पण गरौँ–

ॐ अमृतोद्भवं श्रीवृक्षं शंकरस्य सदाप्रियम् ।
पवित्रं ते प्रयच्छामि सर्व कार्यार्थ सिद्धये ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि स्वाहा बिल्वपत्रम् समर्पयामि ॥

माला

सुगन्धित फूलमाला बनाएर निम्नलिखित मन्त्र वाचन गरेर देवीलाई अर्पण गरौँ–

ॐ नाना पुष्प विचित्राढ्यां पुष्प मालां सुशोभनाम् ।
प्रयच्छामि सदा भद्रे गृहाण परमेश्वरि ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि माल्यम् समर्पयामि ॥

वस्त्र

नयाँ दुई टुक्रा वस्त्र लिएर एक टुक्रा वस्त्र निम्नलिखित मन्त्र पढेर देवीलाई अर्पण गरौँ–
ॐ तन्तु सन्तानसंयुक्तं कला कौशल कल्पितं ।
सर्वांगाभरण श्रेष्ठं वसनं परिधीयताम् ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि प्रथम वस्त्रं समर्पयामि ।

द्वितीय वस्त्र

तलको मन्त्र उच्चारण गर्दै मातालाई पुन: दोस्रो वस्त्र अर्पण गरौँ ।
ॐ यामाश्रित्य महादेवो जगत्संहारक: सदा ।
तस्यै ते परमेशान्यै कल्पयाम्युत्तरीयंकम् ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि द्वितीय वस्त्रं समर्पयामि ॥

धूप

निम्नलिखित मन्त्र पढेर देवीलाई गोकुल धूप वा सुगन्धित धूप समर्पित गरौँ–
ॐ गुग्गुलं घृतं संयुक्तं नानाभक्ष्यैश्च संयुतम् ।
दशांग गृह्यतां धूपं कालिके देवि नमोऽस्तुते ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि धूपं समर्पयामि ॥

दीप

दीयोमा शुद्ध घिउ भरेर दीपलाई प्रज्ज्वलित गरौँ र निम्नलिखित मन्त्र पढौँ–
ॐ मार्तण्ड मण्डलान्तस्थ चन्द्रबिम्बाग्नि तेजसाम् ।
निधानं देवि कालिके दीपोऽयं निर्मितस्तव भक्तित: ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि दीपं समर्पयामि ॥
दीयोलाई देवीको नेत्रसमक्ष दशपटक घुमाएर पुन: देवीसमक्ष स्थापित गरौँ ।

सुगन्धित द्रव्य

निम्नलिखित मन्त्र पढेर सुगन्धित द्रव्य, फूल आदि देवीलाई समर्पित गरौँ–
ॐ परमानन्द सौरभ्यं परिपूर्ण दिगम्बरम् ।
गृहाण सौरभं दिव्यं कृपाया जगदम्बिके ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि सुगन्धितं द्रव्यं समर्पयामि ॥

नानाविध नैवेद्य

निम्नलिखित मन्त्र पढेर देवीलाई नैवेद्य समर्पित गरौँ–
ॐ दिव्यान्नरस संयुक्तं नाभक्ष्यैस्तु संयुतम् ।
चौष्यपेयसमायुक्तमन्नं देवि गृहाण मे ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि नानाविध नैवेद्यं समर्पयामि ॥

आचमन

निम्नलिखित मन्त्र पढेर जल चढाऔँ–
ॐ आमोदवस्तु सुरभीकृतमेतदनुत्तमम् ।
गृहाणाचमनीयं त्वं मया भक्तया निवेदितम् ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि आचमनीयं समर्पयामि ॥

ताम्बूल

निम्नलिखित मन्त्र पढेर देवीलाई पान, मसला आदि अर्पण गरौँ–
ॐ पूंगीफलं महाद्दिव्यं नागवल्लीदलैर्युतम् ।
कर्पूरैलास समायुक्तं ताम्बूलं प्रतिगृह्यताम् ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि ताम्बूलं समर्पयामि ॥

कज्जल

निम्नलिखित मन्त्रबाट देवीलाई गाजल अर्पण गरौँ–
ॐ स्निग्धमुष्णं हृद्यतमं दृशां शोभाकरं तव ।
गृहीत्वा कज्जलं सद्यो नेत्राण्यंजय कालिके ।
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि कज्जलम् समर्पयामि ।

दक्षिणा

निम्नलिखित मन्त्र पढेर देवीलाई दक्षिणा अर्पण गरौँ–
ॐ कांचनं रजतोपेतं नानारत्नसमन्वितम् ।
दक्षिणार्थ च देवेशि गृहाण त्वं नमोऽस्तुते ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि दक्षिणाम् समर्पयामि ।

पुष्पाञ्जलि

आफ्नो दुवै हातमा थरिथरिका सुगन्धित फूलहरू उठाएर निम्नलिखित मन्त्र पढौँ र देवीलाई यो पुष्पाञ्जली अर्पण गरौँ–
ॐ काली काली महाकाली कालिके पाप नाशिनी ॥
काली कराली निष्क्रांते कालिके तवन्नमोऽस्तुते ॥
ॐ उत्तिष्ठ देवि चामुण्डे शुभां पूजां प्रगृह्य मे ।
कुरुष्व मम कल्याणमष्टाभि शक्तिभि सह ॥
भूत प्रेत पिशाचेभ्यो रक्षोभ्यश्च महेश्वरि ।
देवेभ्यो मानुषेभ्योश्च भयेभ्यो रक्ष मां सदा ॥
सर्वदेवमयीं देवीं सर्व रोगभयापहाम् ।
ब्रह्मेश विष्णु नमितां प्रणमामि सदा उमाम् ।
आयुर्ददातुं मे काली पुत्रानपि सदा शिवा ॥
अर्थ कामो महामाया विभवं सर्व मङ्गला ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि पुष्पांजलिम् समर्पयामि ॥

नीराजन

आफ्नो श्रद्धाअनुसार दीयोमा ज्योति प्रज्ज्वलित गरेर निम्नलिखित मन्त्र पढेर बायाँ हातबाट घण्टा बजाउँदै दायाँ हातबाट देवीको आरती गरौँ–
ॐ कर्पूरवर्ति संयुक्तं वह्निनना दीपितंच यत् ।
नीरांजनं च देवेशि गृह्यतां जगदम्बिके ॥
ह्रीं श्रीं क्रीं परमेश्वरि नीरांजनं स्वीकार करोतु मे देवि ॥

क्षमा याचना

हात जोडेर निम्नलिखित मंत्र पढ्दै देवीसँग क्षमा याचना गरौँ–
ॐ प्रार्थयामि महामाये यत्किंचित् स्खलितं मम् ।
क्षम्यतां तज्जगन्मातः कालिके देवि नमोऽस्तुते ॥
ॐ विधिहीनं क्रियाहीनं भक्तिहीनं यदर्चितम् ॥
पूर्णम्भवतु तत्सर्वं त्वत्प्रसादान्महेश्वरि ॥
शक्नुवन्तिं न ते पूजां कर्तुं ब्रह्मादयः सुराः ॥
अहं किं वा करिष्यामि मृत्युर्धर्मा नरोऽल्पधीः ॥
न जानेऽहं स्वरूप ते न शरीरं न वा गुणान् ।
एकामेव ही जानामि भक्तिं त्वच्चरणाब्जयोः ॥

यसप्रकार आद्या भगवती माता कालिका देवीको षोडशोपचार पूजन सम्पन्न गरी स्तोत्र कवचादिको पाठ गर्न सकिन्छ । तत्पश्चात् माता कालीको आरती गरी प्रसाद ग्रहण गरौँ । जय गुरुदेव !

हार्दिक आमन्त्रण

शुभ विजयादशमी २०६७ को शुभ अवसरमा सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र बसुन्धरामा आश्विन २२ गते देखि नवरात्रिभर माता नवदुर्गा भवानीको पूजा, भजनकीर्तन, हवन लगायत विशेष कार्यक्रम आयोजना गरिने सहर्ष जानकारी गराउँदै उक्त कार्यक्रममा सहभागी भई परमपूज्य सद्‌गुरुदेवहरु तथा माता नवदुर्गाको कृपा, आशीर्वाद प्राप्त गर्नहुन सम्पूर्ण साधक, साधिका, भक्तजनहरुमा हार्दिक अनुरोध छ ।

– सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र
बसुन्धरा, काठमाडौं

मन्त्र तन्त्र यन्त्र विज्ञानसम्बन्धी
नेपालकै पहिलो रेडियो कार्यक्रम

गोरक्ष निखिल सन्देश

gnsandesh@ssk.org.np

स्थान	समय (बिहान)	स्टेशन	मेगाहर्ज
पोखरा	सोमबार ५:०५–५:४५	माछापुच्छ्रे FM	९१
चितवन	सोमबार ५:००–५:४०	कालिका FM	९५.२
धनगढी	सोमबार ५:३०–६:००	दिनेश FM	९३.८
सुर्खेत	शनिबार ५:१५–५:४५	रेडियो भेरी FM	९८.६
गोरखा	सोमबार ५:००–५:३०	रेडियो गोरखा FM	९२.८
भैरहवा	बिहीबार ५:००–५:४५	रूपन्देही FM	१०२
दाङ घोराही	बिहीबार ५:३०–६:००	रेडियो मध्यपश्चिम FM	९१.४
पाल्पा	बिहीबार ५:००–५:३०	रेडियो मुक्तिनाथ FM	९०.८
सिन्धुली	बिहीबार ५:००–५:३०	सिन्धुलीगढी FM	१०३.६
दाङ लमही	शुक्रबार ५:३०–६:००	रेडियो देउखुरी FM	१०५.८
पोखरा	बिहीबार ५:३०–६:००	रेडियो सराङ्कोट FM	१०४.६
दमौली	बिहीबार ५:२५–५:५५	दमौली FM	९४.२
कोहलपुर	बिहीबार ५:३०–६:००	कोहलपुर FM	१००.२
चितवन	सोमबार ५:००–५:४०	त्रिवेणी FM	१००.६
दमौली	बुधबार ५:०५–५:३५	मादीसेती FM	१०५.८
दमौली	बुधबार ५:१०–५:३०	रेडियो तनहूँ FM	९७.२

२०६७ आश्विन महिनामा पर्ने चाडपर्वहरु

आश्विन १ गते	विश्वकर्मा पूजा
आश्विन ३ गते	हरिपरिवर्तिनी एकादशी
आश्विन ४ गते	**श्री शिव गोरक्ष हवन**
आश्विन ५ गते	**दिव्य गुरु महोत्सव** **तान्त्रोक्त वटुक भैरव हवन** **तान्त्रोक्त गणपति हवन**
आश्विन ६ गते	**तान्त्रोक्त महालक्ष्मी हवन,** इन्द्रजात्रा **तान्त्रोक्त विन्ध्यवासिनी हवन**
आश्विन ७ गते	**तान्त्रोक्त बगलामुखी हवन,** **तान्त्रोक्त महर्षि वेदव्यास हवन**
आश्विन ८ गते	सोह्रश्राद्ध शुभारम्भ
आश्विन १५ गते	अष्टमीव्रत, गोरखकाली पूजा
आश्विन १८ गते	इन्दिरा एकादशी
आश्विन २२ गते	घटस्थापना, नावरात्रि शुभारम्भ
आश्विन २८ गते	फूलपाती
आश्विन २९ गते	महाष्टमी, गोरखकाली पूजा
आश्विन ३० गते	महानवमी
आश्विन ३१ गते	विजयादशमी (टीका)

प्रत्येक बृहस्पतिबार बिहान १०:०० बजे–गुरू पूजन
प्रत्येक दिन साँझ ५:०० बजे–आरती

कर्म, भक्ति र ज्ञानको त्रिवेणी

दुर्गा सप्तशती

देवी पूजाको प्रथा आजको नभई युगौं पुरानो हो । प्राचीनकालदेखि नै देवीको पूजा शक्तिको रूपमा गरिँदै आइएको पाइन्छ। विश्वका अनेकौं देशमा नारीलाई विभिन्न रूपमा पूजा गरिन्छ । प्राचीन मिश्रमा पनि देवी रूपलाई मान्यता दिइएको पाइन्छ । हाम्रो धर्म-संस्कृतिमा देवीलाई विशेष महत्त्व दिइएको छ । देवीलाई आमाको रूपमा सम्मान र मान्यता दिइएको छ, जगत्जननीका रूपमा लिइएको छ र सबैको पालनपोषण गर्ने देवीको रूपमा लिइन्छ । यसैले हामी श्रद्धापूर्वक देवीका विभिन्न रूपहरूलाई पूजा, उपासना गर्छौं। माता दुर्गाको सन्दर्भमा एउटा विशेष महाग्रन्थको रचना गरिएको छ जसलाई 'दुर्गा सप्तशती'को नामले जानिन्छ । नारी स्तुतिमा लेखिएको प्रथम महाकाव्य शायद यही होला ।

हामी कहाँ देवी पूजाको परम्परा अत्यन्तै प्राचीन छ । ऋग्वेदमा रात्रि एवं उषालाई देवी मानेर स्तुति गरिएको छ। पुराणकालमा देवी पूजा पर्याप्त लोकप्रिय थियो । भारतीय उपमहाद्विपका आदिबासीहरूले आ-आफ्ना देवीहरूको पूजा गर्दथे जसलाई प्राय: पछि समाजले स्वीकार गरेको देखिन्छ । पुराणकालमा देवीलाई सर्वशक्तिमयी मानिएको थियो किनकि ब्रह्मा, विष्णु र शिव उनै शक्तिलाई अधिष्ठात्री देवी मान्छन् र उनैको आराधना पनि गर्दछन् । चण्डी महात्म्यमा पनि देवीलाई कैयौं नामले स्मरण गरिएको पाइन्छ र प्रत्येक नामलाई देवीको कुनै न कुनै पराक्रमसँग जोडिएको पाइन्छ ।

मार्कण्डेय पुराणलाई सबैभन्दा प्राचीन पुराण मानिन्छ। देवी महात्म्य पनि यसैको एउटा अंश हो । देवी महात्म्यका अनुसार देवी नित्यरूपमा हुनुहुन्छ । सम्पूर्ण जगत् उहाँकै स्वरूप हो तथा उहाँमै समस्त विश्व व्याप्त छ । तर पनि देवीको प्राकट्य अनेकौं प्रकारले हुन्छ । नित्य र अजन्मा हुनु भए पनि देवताहरूको कार्य गर्न समय-समयमा प्रकट हुनुहुन्छ ।

देवी माहात्म्यमा तेह्र अध्याय छन् जसमा दुर्गा महिषासुरमर्दिनीको आविर्भावका अतिरिक्त उहाँका अन्य स्वरूप तथा दानवहरूका साथ भएको युद्ध प्रसंगका साथसाथै देवीलाई देवताहरूद्वारा गरिएका स्तुति पनि उल्लेख छन् । यसमा श्लोकहरूको संख्या ७०० बनाइएको छ । यसकारण यसलाई दुर्गा सप्तशती पनि भनिन्छ ।

यस ग्रन्थमा देवीको सर्वशक्तिमयी आदिशक्ति तथा जगदम्बा आदि कैयौं रूपहरूमा आराधना गरिएको छ । देवी भागवतअनुसार देवीको आराधना बाह्य र आभ्यन्तर गरी दुई प्रकारका हुन्छन् । बाह्य उपासना दुई भागमा बाँडिएको छ– वैदिक र तान्त्रिक । वैदिक पूजा पद्धतिमा यज्ञ, तप, भक्ति, ज्ञान एवं योगका अतिरिक्त मूर्ति पूजा तथा महापट पूजा (Painting on cloth) पनि सम्मिलित छन् । तान्त्रिक पूजामा साधक देवी साधनामा लीन हुन जान्छन् र उसलाई देवीको परम पदको प्राप्ति हुन्छ। मार्कण्डेय पुराणकारले महिषासुरलाई प्रबल तमोगुणमय मानव मनको प्रतीकको रूपमा प्रस्तुत गरेको पाइन्छ। तर देवी भागवतमा यो कुरा छैन । यसमा महिषासुरलाई देवीको प्रेममा उन्मत्त व्यक्तिको रूपमा निरुपित गरिएको छ । देवीको चरित्रको चित्रण गरिएको देवी महात्म्यलाई सबैभन्दा प्राचीन मानिएको छ। यस देवी महात्म्यको संकलनको समयमा देवीको उपासना धेरै लोकप्रिय भइसकेको थियो ।

श्री दुर्गा सप्तशती दैत्य संहारको शौर्यगाथाभन्दा अधिक कर्म, भक्ति र ज्ञानको

त्रिवेणी हो जुन सबै मनोरथलाई पूर्ण गर्दछ। यसको विधिवत पारायणबाट इच्छित अभिलाषाहरूको पूर्ति हुन्छ। श्री दुर्गा सप्तशती सिद्ध मन्त्रहरूको अक्षय कोष हो। कुण्डलिनी जागरणमा पनि श्री दुर्गा सप्तशतीको पाठ सहायक हुन्छ। नवदुर्गाको पूजा, अर्चनाबाट तीसँग सम्बन्धित चक्र जागृत हुन्छन् र साधकलाई सिद्धि प्राप्त हुन्छ।

आफ्नी पत्नी सीताको वियोगबाट दुःखी रामले नवरात्रको अवसरमा व्रतपूर्वक भगवती दुर्गाको विधिवत उपासना गर्नुभएको थियो। तब जगदम्बा भगवतीको कृपाले उहाँलाई सीताको प्राप्ति भएको थियो र श्रीरामले लंकामाथि विजय जगदम्बा भगवतीको अनुकम्पाबाट प्राप्त गर्नुभएको थियो भन्ने प्रसंग राम कथामा पाइन्छ।

भगवान् शंकर पार्वतीसँग भन्नुहुन्छ– 'हे पार्वती ! शक्तिबिना म सदैव शवसमान छु। म जब शक्तियुक्त हुन्छु तब मात्र सबै कामनाहरूलाई पूर्ण गर्न समर्थ हुन्छु।'

कवच, अर्गला, कीलक र तीनै रहस्य, सप्तशतीका छवटै अंग मानिन्छन्। तर क्रममा

श्री दुर्गा सप्तशती सिद्ध मन्त्रहरुको अक्षय कोष हो । कुण्डलिनी जागरणमा पनि श्री दुर्गा सप्तशतीको पाठ सहायक हुन्छ । नवदुर्गाको पूजा, अर्चनाबाट ती सँग सम्बन्धित चक्र जागृत हुन्छ र साधकलाई सिद्धि प्राप्त हुन्छ ।

मतभेद छ। देवीको कृपाको आकांक्षा गर्ने भक्त वा साधकले यस सम्बन्धमा निसंकोच आफ्नो क्षेत्रको पूर्व परम्परा वा जुन विधिले मनलाई स्थिर गर्दछ, त्यसैलाई अपनाउनुपर्दछ। मूलभूत महत्त्व भावनाको हो। शुद्ध हृदयले गरिएको स्तुति पाठको तत्काल फल मिल्छ। यो स्फुरण, यो रोमाञ्च प्रत्येक सच्चा भक्तले सधैं अनुभव गर्न सक्छ।

साहित्यको दृष्टिबाट पनि दुर्गा सप्तशती उत्कृष्ट कोटिको महाकाव्य मानिन्छ। यसको कथा विन्यास पनि उत्कृष्ट कोटिको छ। यो नारी स्तुतिमा लेखिएको प्रथम महाकाव्य हो। यसले साहित्यिक फाँटलाई अझै फैलाएको मान्न सकिन्छ।

जय गुरुदेव !

विजयादशमी तथा शुभ दीपावली २०६७ को
पावन अवसरमा माता नवदुर्गा भवानी तथा परम
सद्गुरुदेवहरुको कृपा, आशीर्वादले यहाँला
सुख, शान्ति, समृद्धि आध्यात्मिक एवं भौतिक स
प्राप्त होस् ।

विजयादशमी तथा शुभ दीपावलीको

हार्दिक मंगलमय

शुभ कामना

ो
मपूज्य
ई
मुन्नति

गोरक्ष निखिल वाणी
परिवार

काठमाडौंको तलेजु मन्दिर

घरहरूभन्दा मन्दिर बढी भएको शहर भनेर चिनिएको छ 'नेपाल' । काठमाडौं, ललितपुर, भक्तपुरका दरवार क्षेत्रहरूमा मन्दिरहरूको बहुसंख्याले यस कथनलाई अर्थ्याउँछ । यस्ता मन्दिरहरूको उद्‌भव र स्थापनाको खोजीनिति गर्दा ऐतिहासिक वंशावलीहरू र किंवदन्तीलाई आधार मान्नुपर्ने हुन्छ । वि.सं १६२० को माघ महिनामा राजा महेन्द्र मल्लले काठमाडौं दरवार क्षेत्रको त्रिशूलचोकमा शक्ति स्वरूपा मानिएकी 'तलेजु' भवानीको मन्दिर स्थापना गराएका हुन् (पूर्णिमा वर्ष ३ अंक ४ पृष्ठ ३०) ।

काठमाडौंका मन्दिरहरूमध्ये कलात्मक उच्चताले सर्वोपरि भव्य १२ तहको चौतारो (वेदी वा पेटी) माथि ताँवाका तीन छानायुक्त श्री तलेजु भवानीको मन्दिर उठाइएको छ । दक्षिणाभिमुख मन्दिरको छैटौं वेदीमा चारै दिशामा १२ वटा दुई छानायुक्त सानासाना मन्दिरहरू पनि बनाइएका छन् । चारैतिर बीचमा ढोका सहित पर्खाल लगाइएको आठौं वेदी (साना दुई वेदीपछि) केही फराकिलो रहेको हुँदा कौसीको स्वरूप लिएको यस स्थानको चारकुनामा चारवटा दुई छानायुक्त साना मन्दिरहरू बनाइएका छन् । चारैतिरको ढोकाहरू काठबाट निर्मित भएतापनि ढुङ्गा र टेराकोटा अति सुन्दर भव्यशिल्पीले सिङ्गारिइको छ । दक्षिण सुरबाट माथि उक्लँदा दायाँबायाँ सिंह, शार्दूल (चुच्चेमुखवाला सिंहजस्तो शरीर भएको) र द्वारपालको रूपमा ढाल तरवार लिएको जुङ्गेवाल वरिष्ठ शरीरका बसेका पुरुष जोडीका प्रस्तर मूर्तिहरू देख्छौं । सबै पेटी उक्लँदै माथि ४३ फिट अग्लो चारपाटे मन्दिरको मुख्य रूप उठाएको चौतारोमा प्रताप मल्लका छोरा चक्रवर्तीन्द्र मल्लले तुलादान गरी स्मारकको रूपमा दायाँबायाँ धातुध्वजायुक्त दुई प्रस्तर स्तम्भ ठड्याइएको छ । यही स्तम्भसँगै दायाँपट्टि वि.सं १७१० मार्गमा राजा प्रताप मल्ल र बायाँपट्टि वि.सं १७७१ मा राजा भाष्कर मल्लले चढाएका ठूलठूला घण्टहरू छन् । मन्दिरका सबै छानामुनि किनारामा लहरै सानासाना घण्टहरू झुण्डचाइएका छन् । घण्टहरूका रालोको पुच्छार पात आकारका भएकोले हावाको झोक्काले हल्लाई घण्टहरू बजिरहेका हुन्छन् । पहिलो तलाको छानामुनि चारैतिर टुँडाल

काठमाडौंको तलेजु मन्दिर

सँगसँगै आँखीझ्यालहरू जडिएका छन् । पहिलो र दोस्रो छानाका चारै कुनाहरूमा शिव, गणेश आदि देवमूर्तिहरू अंकित धातु निर्मित पताका लट्काइएका छन् । तेस्रो छानाका चारै कुनाहरूमा सुराही आकारका कलशहरू झुण्ड्याइएका छन् । मन्दिरको टुप्पामा चारकुनामा चारओटा केही साना गजुरहरूको बीचमा ठूलो एक गरी पाँचऔटा सुनका गजुर छन् । बीचको गजुरमाथि सुनकै छत्र छ ।

मन्दिरको चारै दिशामा तीनमुखे चार प्रवेशद्वारहरू बनेका छन् । दक्षिणाभिमुख मुख्य प्रवेशद्वार कलात्मक सुनका खापा र श्री तुलजा भवानीको ध्यानातीत मूर्ति सहितको तोरणहरूले सजाइएको छ । मन्दिरका सम्पूर्ण देवीमूर्तिहरू जडित तोरण, टुँडालहरू सुवर्णका पाताले मोडिएको र सुनका मोलम्वा लगाइएको हुँदा मन्दिरको भव्यता देखिन्छ । मूल ढोकामाथिको तोरणमा मूल देवताको मूर्ति अंकित गर्ने परम्परागत निर्माण विधि यो मन्दिर निर्माणमा पनि अपनाइएको छ । किन्तु, मूल देवताको प्रतीक मूर्ति, यन्त्र, कलश, जे पनि गर्भगृहमा स्थापित हुन सक्छ । तोरणमा अंकित मूर्तिले कुन वर्ण, रूप, आसन, मुद्रा र आयुधयुक्त देवीदेवताको भावना गरिने यन्त्रादि कलश स्थापित गरिएको कुरा स्पष्ट हुन्छ । मूलद्वार बाहेक अन्य द्वारका तोरणहरूमा महिषमर्दिनी दुर्गा, काली आदि भिन्नभिन्नै देवीमूर्तिहरू अंकित गरिएका छन् ।

नेपाली शिल्पविधिबाट निर्मित, स्थानिय लोकभाषमा 'तगो देग' (ठूलो मन्दिर) नाउँले सम्बोधन गरिने यस मन्दिरको बाहिरी मूल गारो र त्यसपछि प्रदक्षिणामार्ग राखी भित्री गारो लगाइएको छ । वास्तु निर्माणविधि कला प्रदर्शन मात्र नभई धर्म संस्कृतिका विशेष अवधारणा, फलाफलको विचार समेत गरिने विधा भएकोले शास्त्रीय मर्यादा पालना गर्दै प्रस्तुत गरिएको शिल्पकारिताको सौन्दर्यमा कलाको सहजता पाइँदैन भन्ने विवेचकहरू धेरै छन् । नेपाली कलाकारहरूले धार्मिक नियममा आबद्ध भई कलासौष्ठवको अद्‌भुत नमुना यो मन्दिर निर्माण शैलीमा प्रस्तुत गरेका छन् । तत् समयमा मन्दिर निर्माण गर्दा बाह्य कला केवल सौन्दर्यको लागि मात्र नभएर तन्त्रशास्त्रमा वास्तुविधामा वर्णित तन्त्र, मन्त्र, यन्त्र तथा आवरणमा अंकित देवीदेवताका प्रतीतहरूबाट तन्त्र विशेषज्ञहरूले मन्त्रोद्वार र यन्त्रोद्वार गर्दछन् । यसकारण मध्यकालीन वास्तुकला धार्मिक पक्षले अर्थपूर्ण हुन्छ र नियमबद्ध वास्तुविन्यास हुँदा कलाको अभिव्यक्ति मात्रै नभएर प्रत्येक वस्तु, चिन्ह, बुट्टा, टुँडालको संख्या, स्थापित स्थान, अंकित देवीदेवताका आसन, मुद्रा, आयुध शास्त्रसम्मत समेत हुँदा साधना पक्षमा पनि अर्थयुक्त र सारगर्भित हुन्छन् । दरवारभित्र रहेको यस तलेजु मन्दिर परिसरमा प्रवेश गर्न दायाँ-बायाँ दुई ठूला प्रस्तर सिंह सहितको अति सुन्दर कलात्मक द्वार छ । प्रवेशद्वारको अगाडि दायाँ-बायाँ दुई छानायुक्त प्रस्तर शिवलिङ्ग सहितको मन्दिर निर्माण गरिएको छ ।

यसकारण तलेजु मन्दिरका प्रत्येक द्वार, खापा, चौकोस तथा अन्य अवयवहरू (पूर्ण कलश, मकर, नाग, कमल) आदि वैदिक प्रतीकहरू कलात्मक ढङ्गले जडान गरिएका छन् । तीनमुखे मूल द्वारमा दायाँ-बायाँ ढोकाहरू खोल्न नहुने गरी वि.सं १७२७ मा राजा प्रताप मल्लले आफुले रचेको श्री तलेजु भवानीको स्तुति सहितको सुवर्णपत्र जडान गराएका थिए । बीचको मूल ढोकाका दुई खापाहरूमा श्री महाकाल, गणेश, शिवपार्वती, अन्य देवदेवीका स-साना मूर्तिहरू, मनुष्यका हात-खुट्टा मुखमा च्याप्दै गरेका स्यालआदि जन्तुहरू सहित श्मशान, यमदूत, नेवारी परम्पराले पूजा गर्ने आवश्यक सम्पूर्ण सामाग्रीहरू कुँदिएको स्वर्णपाता जडान राजा प्रताप मल्लले नै गराएका हुन् । त्यो खापाका दृष्य, सामाग्री विभिन्न शास्त्र अध्ययन गरी अंकित गरिएको कुरा खापामा रहेको अभिलेखबाट थाहा हुन्छ ।

राजा रत्न मल्लले वि.सं. १५४२ मा भक्तपुरबाट तलेजु भवानीको सानो मूर्ति काठमाडौंको राजदरवारमा ल्याएका थिए ।

काठमाडौंको प्राचीन गुन (ण) पो दरवारलाई हाल हनुमानढोका दरवारको नाउँले चिनिन्छ । स्थानिय भाषामा 'पो'को अर्थ दरवार र गुनको अर्थ राजा गुणकामदेवले बनाएको भन्ने होला । अनेक नामहरू अंकित महिषमर्दिनी भगवतीका ५६ ओट टुँडालयुक्त दरवारको भव्य मूल चोकको दक्षिण लङमा श्री तलेजु भवानी स्थापित गरेको बुझिन्छ । रत्न मल्लका चारपुस्ता पछिका राजा महेन्द्रले बनाएको कलात्मक भव्य मन्दिरमा पछि श्री तलेजु भवानी पुनर्स्थापित गरेको बुझिन्छ । शारदीय दशैंको सप्तमीको ठीक साइतमा मन्दिरबाट श्री तलेजु भवानीका प्रतीकहरू (तरवार, ढाल र माला, अन्य सामाग्री कुल पाँच थान) पाँच जनाले मूल चोकको आगम (पूजाकोठा)मा ल्याई अष्टमी नवमी पूजापश्चात् पुनः माथि मन्दिरमा फकाईन्छ । तलेजुका प्रतीकहरू तल ल्याउने, माथि लैजाने साइतको बेला खुल्ला रहन्छ, तर नवमीका दिन जनसाधारणलाई मन्दिर परिसर प्रवेश अबेरसम्म खुल्ला रहन्छ । उपास्य श्री तलेजु भवानीको पूजा के कसरी हुन्छ भन्ने कुरा परम्परागत रूपमा गोप्य राखिएको छ र तुलजा (तलेजु) को मन्त्रदीक्षा नलिएको व्यक्तिले हेर्न, पढ्न र जान्न पाईदैन । अतः मन्दिर परिसर खुल्ला भएको बखत मन्दिर परिक्रमा गर्न पाउँछन् तर मन्दिरभित्र प्रवेश निषेध हुन्छ । मन्दिरको मूल ढोकाको खापामा राजा प्रताप मल्लले जडान गर्न लगाएको स्वर्णपातामा अंकित अनेक दृष्य तथा प्रतीकात्मक मूर्तिहरूको ध्यानातीत रूपले दर्शन गर्न सकिने कुरा मूल पूजारी उद्धवमान कर्माचार्यले जानकारी गराउनुभएको थियो ।

श्रीतुलजा देवीको शास्त्रीय नाउँ नपाइनुले

हिन्दुहरुको वास्तुशास्त्रीय परम्परामा देवालयहरु बनाउँदा वेदकालीन शुभ प्रतीकको परिकल्पना बनाइने हुँदा श्री तलेजु भवानीको मन्दिर उठाइएको १२ तहको पेटीमध्ये छैटौं पेटीको चारै दिशामा १२ वटा तथा आठौं पेटीमा चारवटा नेपाली शैलीमा बनाइएका दुई छानायुक्त सानासाना मन्दिरहरुमा देहायका देवहरुका मूर्ति राखिएका छन् ।

छैटौं पेटीको चारै दिशामा स्थापित १२ वटा देव मन्दिरहरूको विवरणः

दिशा	मन्दिरको मोहडा	स्थापित देवमूर्तिहरू
दक्षिण-पश्चिम (नैऋत्य)	उत्तराभिमुख	कुबेर
मध्य पश्चिम (नैऋत्य तिर)	पूर्वाभिमुख	सप्तमुखीनागले छत्र ओढिएका चतुर्भुज देव
मध्य पश्चिम (वायव्य तिर)	पूर्वाभिमुख	चतुर्भुज कामदेव
उत्तर-पश्चिम (वायव्य)	पूर्वाभिमुख	सप्तमुखीनागले छत्र ओढिएका लक्ष्मीनारायण
मध्य उत्तर (वायव्य तिर)	दक्षिणाभिमुख	पूर्णकदका चतुर्भुज देव
मध्य उत्तर (ईशान तिर)	दक्षिणाभिमुख	वाम शक्तिसहित गदाधारी द्विभुज देव
पूर्व उत्तर (ईशान)	दक्षिणाभिमुख	पूर्णकद चतुर्भुज नारायण
मध्य पूर्व (ईशान तिर)	पश्चिमाभिमुख	त्रि-मुख, चतुर्भुज देव
मध्य पूर्व (आग्नेय तिर)	पश्चिमाभिमुख	वाम शक्तिसहित इन्द्र
पूर्व दक्षिण (आग्नेय)	पश्चिमाभिमुख	वाम शक्तिसहित शिव
मध्य दक्षिण (आग्नेय तिर)	उत्तराभिमुख	चतुर्भुज देव
मध्य दक्षिण (नैऋत्य तिर)	उत्तराभिमुख	वाम शक्तिसहित मञ्जुश्री

“म तेरा पुर्खाकी इष्टदेवी हुँ, म सरयु (नदी) को जलभित्र छु ।....मलाई जलबाट झिक, म बसेको ठाउँमा भ्रमराहरूले छोपि राख्या देख्लास् ”।

नेपालका प्रसिद्ध देवी तलेजुको सम्बन्ध दक्षिण भारतको तेलगु भवानीको अपभ्रंश रूप तलेजु भएको इतिहास अन्वेषकहरू अनुमान गर्छन् । मैसुरको उत्तरी भाग र तेलगु (आन्ध्र) को पश्चिमी भागलाई कर्णाटक भनिन्छ र दक्षिण भारतको महाराष्ट्र राज्यसँग सीमा जोडिएको छ। चालुक्यवंश शासित यस क्षेत्रका ब्राह्मण क्षत्रीयहरूको कुलदेवीको रूपमा ‘तुलजा’भवानी अद्यावधिक पूजित छिन् । महाराजा शिवाजीकी आराध्यदेवी तुलजाभवानीले प्रत्यक्ष दर्शन दिएर दिग्विजयको लागि खड्ग प्रदान गरेकी थिइन् भन्ने लोकोक्ति प्रसिद्ध छ। देवी भवानीको वास्तविक नाउँ त्वरिता (शीघ्र लाभ दिने) बाट अपभ्रंश भएर तुलजा भएको कथन पाइन्छ। दक्षिण भारतको महाराष्ट्र राज्यको प्रसिद्ध शहर सोलापुरबाट ४५ किमी टाढा तुलजापुरमा तुलजाभवानीको मन्दिर रहेको छ । कल्याणको तीर्थ विशेषाङ्कमा यस मन्दिरको विषयमा विवरण दिइएको छ । कर्णाटकवासीकी आराध्यदेवी श्रीतुलजा नै नान्यदेवकी कुलदेवी वा इष्टदेवी थिइन् ।

भारतीय इतिहासको अन्वेषणबाट चालुक्यवंश नरेश सोमेश्वर प्रथमले (१०४३-६८ई) उत्तर भारतका मगध, पाञ्चाल, कन्नौज, बंग, खशा, कुरु, आभिर जिते भनेर अभिलेख कुँदाएका छन् । सोमेश्वरका नाति विक्रमादित्य छैटौं (१०७७-११२६ई) ले सिन्धु-काश्मिर, तुरुष्क आदि विजय गरेको अभिलेख राखेका छन् । उत्तर भारतका राज्यहरूमा शासन गर्ने प्रतापी पालवंशी नरेश महिपाल (९८८-१०३८ई) पछिका अयोग्य भएकाले कर्णाटकका चालुक्यवंश राजाहरूले उत्तर भारतका राज्यहरू विजय गर्न सकेका हुन् । उत्तर भारत विजय अभियानमा संलग्न सेनानीहरूले सानसाना राज्य कायम गरे । सोमेश्वर प्रथमले विजय गरेको मिथिला क्षेत्रमा नान्यदेव हाकिमको रूपमा नियुक्त भएको हुन सक्ने इतिहासविद्हरू तर्क गर्छन् । यी नै नान्यदेवले तिरहुँत सिमरौनगढ विजय गरी अफ्नो राजधानी स्थापित गर्दा यो स्थान नेपालभित्रै अवस्थित हुन संभव रहेको श्री सूर्यविक्रम ज्ञवालीले उल्लेख गर्नुभएको छ ।

मन्दिर स्थापनाको तथ्यभन्दा ‘तलेजु’ भवानीको आगमन सम्बन्धमा स्पष्ट गर्नुपर्दा केही तथ्यहरू फरक पाउँछौं । भाषा वंशावलीमा श्री तलेजु भगवती उत्पतिसम्बन्धका उपाख्यानका कुराहरू उल्लेख गरिएका छन् । दिल्लीका बादशाहको नौकरी छाडि नान्यदेव फकिरी चालले रमता भै अयोध्या आइपुगे । एक रात सपनामा एक सुन्दरी ‘म तेरा पुर्खाकी इष्टदेवी हुँ, म सरयु (नदी) को जलभित्र छु ।....मलाई जलबाट झिक, म बसेको ठाउँमा भ्रमराहरूले छोपि राख्या देख्लास् ’। नान्यदेव जागि उठि उसै घडि सरयु किनार आई भ्रमराहरूले छोपि राख्या देख्दा उस ठाउँमा गोतामारी सुनको डब्बाभित्र तुलजाभवानीको यन्त्र ... पूजापद्धतिको पुस्तक समेत ताँवाको पेटारोभित्र हालि राख्याका पाया ।

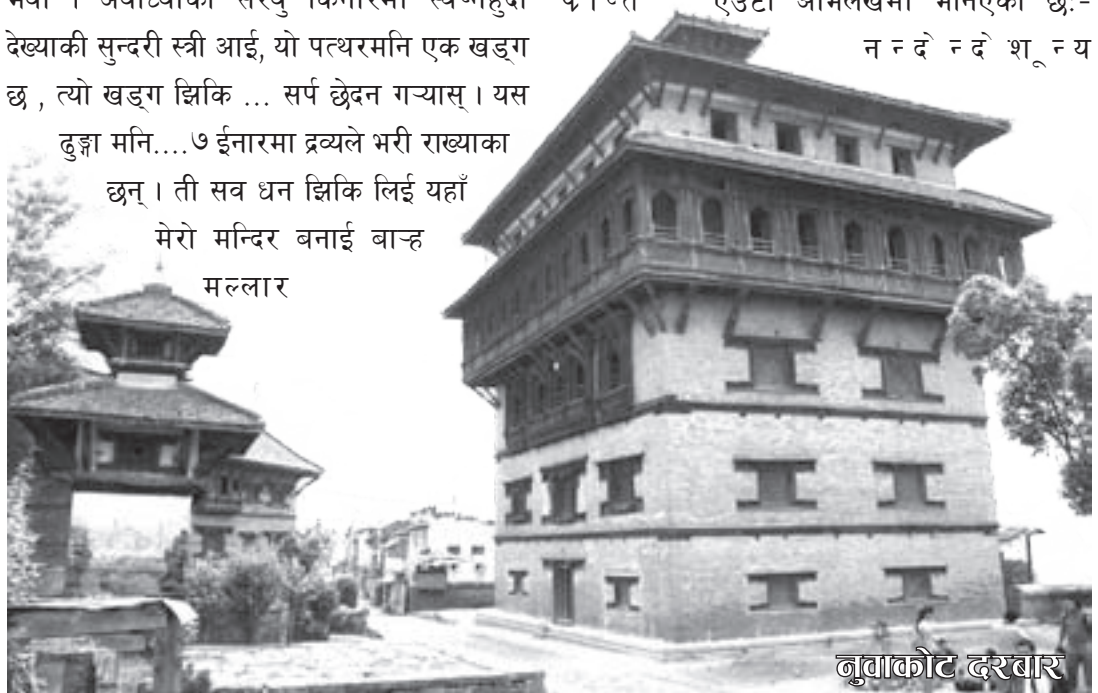
आठौं पेटीको चारै दिशामा स्थापित ४ वटा देव मन्दिरहरूको विवरण:

दिशा	**मन्दिरको मोहडा**	**स्थापित देवमूर्तिहरू**
दक्षिण-पश्चिम (नैऋत्य)	उत्तराभिमुख	श्री गणेश
उत्तर-पश्चिम (वायव्य)	पूर्वाभिमुख	श्री सूर्यदेव
पूर्व उत्तर (ईशान)	दक्षिणाभिमुख	पूर्णकद चतुर्भुज नारायण
पूर्व दक्षिण (आग्नेय)	पश्चिमाभिमुख	शिवलिङ्ग

देवराज ईन्द्रले महादेवको तपस्या गरी महादेवकन प्रसन्न गराउँदा तलुजा माईको तन्त्रमन्त्र पद्धति ईन्द्रकन दिया। रावण पुत्र ईन्द्रजितले ईन्द्रकन जिति यन्त्रमन्त्र पद्धति लङ्कामा ल्याइ पूजा गरी ... मानीराख्या। रामचन्द्रले लङ्काको रावणलाई संहार गऱ्यापछि ती यन्त्र पद्धतिकन अयोध्यामा ल्याइ पूजा गरी राख्यापछि रामचन्द्र स्वर्गारोहण हुंदा सरयुमा राखि गया। .... नान्यदेव तुलजाभवानीको अनुग्रहले यन्त्रमन्त्र पूजा विधानको पद्धति पाई, पद्धति माफिक देवीको पूजा गर्न लाग्या। अलिक दिन पछि पूजा गरिरहँदा आकाशवाणी भयो। हे नान्यदेव ! जनकपुरको निकट एक ठुलो जङ्गल छ। तैले मलाई उहाँ लैजा। मेरो मन्दिर स्उसै बनला। आकाशवाणी सुनी नान्यदेव आश्चर्य मानी उसै घडी गमन गरी सरासर जनकपुर तिर आया र त्यहाँ ठूलो जङ्गल थियो। जो त्यहाँ जान्थ्या ठुलो कालसर्पले डसी मर्थ्यो। त्यसै कारण त्यस जङ्गलमा कौनै मानिस पस्न सक्तैनथ्यो। नान्यदेवले आकाशवाणीको प्रतीत मानी आँटी सबैले मनाही गर्दा गर्दै उस जङ्गलबीच आई पुग्या। त्यहाँ पत्थरको ठुलो चट्टान देख्या। रातपर्दा उसैपत्थर माथि ईश्वरीकन पुकारी सुत्दा अर्धरात्रीमा स्वप्न भयो। अयोध्याका सरयु किनारमा स्वप्नहुंदा देख्याकी सुन्दरी स्त्री आई, यो पत्थरमनि एक खड्ग छ, त्यो खड्ग झिकि ... सर्प छेदन गऱ्यास्। यस ढुङ्गा मनि....७ ईनारमा द्रव्यले भरी राख्याका छन्। ती सव धन झिकि लिई यहाँ मेरो मन्दिर बनाई बाऱ्ह मल्लार

एउटा वंशावली अनुसार राजाको अन्तिम अवस्थामा आफ्ना उत्तराधिकारीलाई मात्र श्री तुलजाभवानीको गोप्य मन्त्र दिन्थे। यो मन्त्र भाइभारदारका सहयोगले जेठा दाजु रायमल्ललाई थाहै नदिई रत्न मल्लले लिएका थिए।

(मालावार प्रान्त दक्षिण भारत) बाट तेरा जात र स्वजनहरूकन झिकाई यहाँ शहर बसाई राज्य गर भनी ईश्वरीबाट स्वप्नविषे यस्तातरहका वचनले आज्ञाहुंदा नान्यदेवले वचन प्रमाण काम गरी ...।(भाषा वंशावली भाग २ पृ ३१-३३ -नेपाल राष्ट्रिय पुस्तकाय प्रकाशन-सं शंकरनाथ तथा देवी प्रसाद)

उपयुक्त गाथामा कति सत्यता छ निश्चित गर्न सकिंदैन। नेपालका अन्य वंशावलीहरूका कुरा पनि मिल्दाजुल्दा छन्। पौराणिक कथा तथा इतिहाससँग यस्ता कुरा दाज्दा आनतान फरक पर्दछन्। तथापी आफूलाई कर्णाटकवंशी भन्ने राजा नान्यदेवको राज्य सिमरौनगढमा थियो भन्ने कुरा चाहिं प्राप्त अभिलेखहरूबाट प्रमाणित हुन्छ। उनको मिथिलामा प्राप्त एउटा अभिलेखमा भनिएको छः- नन्दे न्दे शून्य

नुवाकोट दरबार

शशिसम्मित शाकवर्षे तच्छवणस्य धवले मुनि तिथ्यधस्ताम् । स्वातौ शनिश्चर दिने रिपुमर्द लग्ने श्री नान्यदेव नृपति विदधीत वास्तुम् ॥ -मिथिलामा प्राप्त अभिलेख, उद्धृत श्री सूर्यविक्रम ।

गयासुद्दिन तुगलकले बंगाल विजय गरी दिल्ली फर्कदा तिरहुँतको बाटो गरी आएका थिए । कर्णाटकवंशी राजा हरिसिंहदेवका सेनाले जिस्काइदिँदा उनले सिमरौनगढमा आक्रमण गरी (१३२४ई) ध्वस्त पारिदिए । हरिसिंहदेव सपरिवार चुरे उत्तरको जङ्गल हुदै भागेर भित्री मधेश (वर्तमान सिंधुली जिल्लाको मरीन खोला र कमला खोंच) तिर पसे । सिंधुली जिल्लाको तीन पाटन गाउँमा उनी परलोक भए । उनकी रानी र केही भाइभारदार उपत्यकामा शरण लिन आइपुगे । अरू छोरा तथा मन्त्रीहरू दोलखाको बाटो लाग्दा तामाकोशीको किनारमा (वर्तमान रामेछाप जिल्ला) मा पर्ने राजगाउँ किल्ला आई पुगेपछि त्यहाँका किल्ला नायक माझीहरूले पक्री कैद गरे, घनमाल पनि लुटे । त्यसबेला उपत्यकामा रुद्रमल्ल शासन गरिरहेका थिए । हरिसिंहदेव रानी देवलदेवीले आफ्नो कुलदेवी तुलजाभवानीको यन्त्र सँगै ल्याएकी थिइन् र भक्तपुरको वर्तमान दरवारक्षेत्रभित्र तुलजादेवीको स्थापना गरियो । स्थापनाको मिति निश्चित छैन तथापि १३२६ ई माघमा हरिसिंहदेवको मृत्युपछि नै तुलजा भक्तपुर ल्याइइन् । कर्णाटकवंशी सिमरौनगढ आएर राज्य स्थापना गर्ने नान्यदेवका सातौं पुस्ताका हरिसिंहदेव हुन् । लगभग २२७ वर्षको सिमरौनगढको शासनपछि यो राज्य ध्वस्त भयो ।

तलेजुको एतिहासिक पक्षको उल्लेखमा नेपालको राजवंशीय इतिहास आवश्यक देखिँदैन । यद्यपि तुलजा कसरी मल्लहरूकी इष्टदेवी भइन् भन्ने कुरा कम महत्त्वको छैन् । देवलदेवी भक्तपुरमा शरण लिन आउँदा रुद्रमल्ल राजा थिए । उनका एउटै सन्तान नाबालक छोरी नायकदेवीको काशीनरेशवंशका राजपुत हरिश्चन्द्रसंग विवाह भयो । नायकदेवी बालकै छँदा हरिश्चन्द्र मारिएकाले अक्षतयोनि विधवाको पुनर्विवाह शास्त्रसम्मत भएकाले नायकदेवीको दोस्रो विवाह हरिसिंहदेवका छोरा जगतसिंहसँग हुँदा समाजलाई कुनै आपत्ति भएन । नायकदेवीले राजल्लदेवी नाउँकी एक कन्या जन्माई सुत्केरी भएको दशौँ दिनमा उनको निधन भयो । रुद्रमल्लका छोरीपट्टिका नातिनी भएकीले मल्लराजवंशका उत्तराधिकारी राजल्लदेवीका पति भएका नाताले जयस्थिति मल्लले राज्यको उपभोग गर्न (रानीको नाउँमा राज्य गर्न) अधिकार पाएको देखिन्छ । स्थिति मल्लका नाति यक्षमल्लका ६ भाइ छोरामध्ये माइला रत्न मल्लले सशक्त भाइभारदारका रूपमा काठमाडौँका वैश्य-ठकुरीहरूलाई समाप्त गरेर राजसत्ता आफ्नो हातमा लिएको कुरा अन्वेषणबाट थाहा हुन्छ । शक्तिशाली सामन्त शासक पन्छाई राजा रत्न मल्लले गुणपो दरवार (हालको हनुमानढोका) को हिटीचोकमा बस्न थालेपछि काठमाडौँ छोडन मिल्ने अवस्था थिएन र छाडेनन् पनि । संयुक्त शासकका नाताले भक्तपुरमा स्थापना गरिएकी श्री तुलजाको दर्शन पूजामा कहिलेकाहीं उपस्थित हुन्थे । उनलाई इष्टदवीको पूजा उपासना गर्न आवश्यक भएकोले श्री तुलजा भवानीको स्थापना गरेका थिए । एउटा वंशावली अनुसार राजाको अन्तिम अवस्थामा आफ्ना उत्तराधिकारीलाई मात्र श्री तुलजाभवानीको गोप्य मन्त्र दिन्थे । यो मन्त्र भाइभारदारका सहयोगले जेठा दाजु रायमल्ललाई थाहै नदिई रत्न मल्लले लिएका थिए ।

मल्ल राजवंशकी कुलदेवीको रूपमा पूजित हुन थालेपछि मल्ल राजकुलका व्यक्तिहरू जहाँजहाँ सामन्त शासक हुन पुगे त्यहाँ उपास्य इष्टदेवीको रूपमा श्री तुलजा भवानीको स्थापना गरियो । काठमाडौँ, ललितपुर, भक्तपुरको सांस्कृतिक संस्कार चाडपर्व र राजनीतिको प्रभाव नजिकैका साखुँ, फर्पिङ, पनौति र नुवाकोट, पालुङ्ग आदि स्थानमा स्वाभाविक तवरमा परेको देखिन्छ । यस उपत्यका बाहिर तत्कालीन राज्यहरू वा सामन्त शासित क्षेत्रहरू, नेवारी भाषामा 'लायकु' (दरवारक्षेत्र) भनिने ठाउँहरूमा तलेजु मन्दिर

जयप्रकाश मल्ल तलेजु भवानीसँग दिनहुँजसो पासा (जुवा) खेल्थे । भवानी सशरीर प्रकट नभए पनि स्वर, हाँसो, जिस्केको आवाज सुनिन्थ्यो । राजा र भवानीको सम्बन्ध निष्कपट चोखो थियो ।

नभएको पाइँदैन जस्तो देखिन्छ । समय कालले लायकुहरू नाश भएर गए अनुसार तलेजु पनि मासिँदै गएको अनुमान गर्न सकिन्छ । यस्ता क्षेत्रहरूको खोजीनीति गर्दा तलेजु सम्बन्धी केही सावुद, भग्नावशेष वा चिन्हहरू भेट्टाइएको छ । काठमाडौंको पूर्वोत्तरमा स्थित साँखु शहरको 'लायकु'मा पस्न पुरानो प्रवेश-द्वार अद्यावधिक रहेछ । प्रवेश-द्वार पसेपछि ढिस्को सहितको ठूलो डबलीको बीचमा तलेजु मन्दिरको भग्नावशेष देख्छौं । काठमाडौंको दक्षिण फर्पिङको बीचमा नाममात्र शेष रहेको 'लायकु'सम्झिने माटोको ठूलो थुप्रोमध्ये तीनतले घर छ । कीर्तिपुरमा पनि शेष रहेको 'लायकु' नाम स्थानमा तलेजु सम्झिने झिङ्गटी ठूलो देवल छ । विजयादशमीको दिन काठमाडौं, भक्तपुर, पाटनका विभिन्न ठाउँबाट उन्माद स्वरूप जिउ कपाउँदै हातमा खड्ग समाई लहरै स्थान विशेष परिक्रमा गर्ने प्रचलनझैं कीर्तिपुरको लायकुमा प्रधान-जातिका महिलाहरूले हातमा सिन्हंमु (नेवारी मूर्तिकलामा श्री लक्ष्मीको एक आयुध-स्तुपको गजुर जस्तै सात तहको बिर्कोसहित सिंदुर राख्ने भाँडो विशेष) लिई बाटौमा स्वागतार्थ प्रतीक्षारत सबैलाई टीका लगाइदिँदै अघि बढदछन् । उपत्यका बाहिर पालुङ्गमा लायकु र तलेजु भएको उत्खननमा प्राप्त प्रमाणहरूले पुष्टि गर्छन् ।

नुवाकोटमा पनि लायकु र तलेजु छ । आवासीय घरझैं प्रतीत हुने यो तलेजु मन्दिर कहिले कस्ले निर्माण गऱ्यो ऐतिहासिक प्रमाण पाइएको छैन । काठमाडौंको गोकर्णमा गोकर्णेश्वर महादेवको अलि पर वस्ति इलाकामा जोशी गाः भन्ने ठाउँमा तलेजु मन्दिरजस्तो नभई घरको रूपमा स्थापित छ । काठमाडौंकै टोखामा एउटा घरलाई तलेजु भनिन्छ । घरको पछाडी भित्तामा त्रिशुल लेखिएको छ । यहाँ लायकुको चिन्ह भने पाउन सकिएको छैन । यसरी नै काठमाडौंको देवपत्तन, भक्तपुरको ठिमी, काभ्रेको बनेपा, पनौती आदि स्थानहरूमा पनि तलेजु छ ।

तिब्बतको ल्हासामा पनि तलेजु रहेको छ । पहिले ल्हासामा नेपाली राजदूत सरह नेपाली वकिल रहने व्यवस्था थियो । त्यहाँ वकिल बस्ने घरलाई दरवार भनिन्थ्यो, जस्लाई 'लायकु' मानिदा फरक पर्दैन । यहि दरवारमा तलेजु स्थापित गरिएको छ । तलेजुलाई आगम घरजस्तो बनाइएको छ । यी सबै व्यहोराहरूले पछिल्ला समयमा 'तलेजु' एउटा सँस्कृतिझैं स्थापित भएको बुझ्न सक्छौं ।

अन्तिम मल्ल राजा जयप्रकाश मल्ल तलेजु भवानीसँग दिनहुँजसो पासा (जुवा) खेल्थे । भवानी सशरीर प्रकट नभए पनि स्वर, हाँसो, जिस्केको आवाज सुनिन्थ्यो । राजा र भवानीको सम्बन्ध निष्कपट चोखो थियो । जयप्रकाश मल्लकी रानीले नारी सुलभ ईर्ष्याले राजा र भवानीको सम्बन्धमा शंका गरिन् । आफूहरूको सम्बन्धमा यसरी शंका उत्पन्न भएपछि तलेजु भवानी रिसाई जयप्रकाश मल्ललाई आज्ञा गर्नुभयो 'अबदेखि म तिमीसँग पासा खेल्न आउने छैन, म जीवित देवीको रूपमा बस्नेछु । मलाई घर बनाइदिनू । देवीको आज्ञानुसार राजाले जीवित देवी कुमारीको व्यवस्था गरी कुमारी घर बनाई जात्रा समेत चलाए ।

जय गुरुदेव !

सन्दर्भ ग्रन्थः श्री तलेजु र देगु तलेजु-कुलचन्द्र कोईराला, श्री तलेजु भवानीया इतिहास-तीर्थलाल नःघःभनी, Kathmandu Durbar Square-T.C. Majupuria & Rohit Kumar, Hindu, Buddhist & Tantric Gods & goddesses T.C. Majupuria & Rohit Kumar

दिऔं बलि–बलि प्रथाको

घटस्थापना शुरु भएदेखि नै दक्षिणकाली, मैतीदेवी, मनकामना आदि देवीका मन्दिरहरूमा, विभिन्न भैरव मन्दिरहरूमा र अन्यत्र पनि रगतको खोला बगाउने क्रम शुरु हुन्छ, घर-घरमा जमरा कोठामा, कल-कारखाना, सवारी साधन आदिलाई पनि बलि दिइन्छ । मन्दिरमा बलि दिनाले देवीदेवता प्रसन्न हुने, भाकल पूरा हुने, मनोकामना पूर्ण हुने, सवारी साधनालाई बलि चढाउँदा दुर्घटना नहुने हुन्छ भन्ने खालका मनगढन्ते अन्धविश्वासले युक्त कुराको पछाडि लागेर ठूलो जनसमूह नै अन्धकारतर्फ लम्किरहेको पाइन्छ । आजसम्म मन्दिरमा काटिएका बोका, राँगा, हाँस, कुखुरा आदि पशुपन्छीको रगत-मासु काटेर चढाएको बलि कुनै कलकारखाना र सवारी साधनले खाएको कसैले देखेको छ ? यस्तो अन्धकारपूर्ण र आपराधिक क्रियाकलाप शान्तिका दूत भगवान् बुद्ध जन्मनुभएको पावन भूमिमा खुलेआम चलिरहेछ...! सबै मौन छन्...! कुनै देवीदेवता वा सवारी साधन आदिको निहुँमा दिइएको बलिले कि त व्यक्ति आफैले आफ्नो पेट भर्छ कि त मन्दिरमा बस्ने पूजारीहरूले छाक टार्ने दाऊ छोप्छन् । के यही हो विजयादशमी पर्वले हामीलाई सिकाउने पाठ ? हाम्रो यस्तो छुद्र क्रियाकलापबाट के सिक्लान् हाम्रा सन्ततीहरूले ?

त्यसैगरी तपाईँ चाहे शरीर विज्ञानलाई केलाउनुहोस्, चाहे आयुर्वेदलाई केलाउनुहोस्, मानवको निमित्त शाकाहार नै सर्वोत्तम आहार भएको कुरा प्रष्टिन आउँछ । मांसाहार गर्ने जनावरहरू कुकुर, बाघ, भालु आदिको मुखको बनावट, तिनीहरूको दाँतको बनावट, दाँतमा भएको तीखोपन र मांसाहार पचाउन चाहिने आवश्यक श्रावहरू (harmone, enzyme) मानव शरीरको भन्दा नितान्त भिन्दै छन् । यो कुरा विज्ञानले पुष्टि गरिसकेको छ । ती पशुहरूको शरीरको प्रकृति मांसाहार सेवन गर्न र त्यसलाई पचाउन सक्षम छ तर मानव शरीरको प्रकृति नै त्यस्तो छैन । यसले त मात्र शाकाहारलाई ग्रहण गर्न सक्ने क्षमता राख्दछ ।

मानव शरीरलाई स्वस्थ राख्न प्रोटिन, कार्बोहाइड्रेट, खनिज लवण, भिटामिन र पानी उचित मात्रामा पुग्नु जरुरी छ र उपरोक्त सबै तत्त्वहरू सागपात, फलफूल, अन्न, गेडागुडी, दाल, दूध आदिबाट यथेष्ट मात्रामा पाउन

विश्वविख्यात विभूतिहरू अरस्तु, चार्ल्स डार्विन, अल्बर्ट आइन्स्टाइन, लियो टल्सटाय, एच.जी. वेल्स, जर्ज बर्नार्ड शा, महात्मा गान्धी, बेन्जामिन फ्रांकलिन, भोल्टेअर, सर आइज्याक न्यूटन, लियोनार्दो दा भिन्ची, विलियम शेक्सपीयर, प्लेटो, पायथागोरस, पर्सी बिसे शेली, रवीन्द्रनाथ ठाकुर, सच्चिदानन्द हीरानन्द वात्स्यायन "अज्ञेय" सबै शाकाहारी थिए । यीमध्ये अधिकांश महापुरुष वैज्ञानिक, दार्शनिक, महाकवि, कलाकार, साहित्यकार, चित्रकार र शिल्पी थिए ।

मांसाहारबाट हुने हानिहरू

मांसाहारबाट पक्षाघात, मृगौलामा पत्थरी, प्रोस्टेट क्यान्सर, गर्भाशय-ग्रीवामा क्यान्सर, पेप्टिक अल्सर (आमाशयमा घाउ), डाइबिटीज, हर्निया, गलब्लाडर स्टोन (पित्ताशयमा पत्थरी), ठूलो आन्द्रामा जलन, हृदयरोग, कब्जियत, उच्च रक्तचाप, अस्टिओपोरोसिस (अस्थीहरूको विरलता), ठूलो आन्द्रामा क्यान्सर, मृगौलाको रोग, मोटोपना, दम इत्यादि कैयौँ रोग हुन्छन् ।

– कुनै पनि प्रकारको मासुमा कार्बोहाइड्रेड हुँदैन । यसको अभावमा आन्द्रामा धेरै किसिमका रोग लाग्छ ।
– मांसाहारमा भिटामिन 'सी' (एस्कर्बिक एसिड) हुँदैन जसको कारण मांसाहारी ग्रासनलीको क्यान्सरबाट प्राय: ग्रस्त हुन्छन् ।
– मासुमा हुने अत्यधिक कोलेस्टेरोलबाट हृदयरोग, चर्मरोग, पत्थरी आदि उत्पन्न हुन सक्छ ।
– अण्डाको सेतो भागमा 'एडिविन' नामक विष हुन्छ जसले चिलाउने, दाद, कोढजस्ता रोगहरू उत्पन्न गर्दछ ।
– पशुहरूको वजन बढाउनका दिइने ए एक प्रकारको रसायन डेस (डायथिस्टिलबेस्ट्रोल) युक्त मासुलाई गर्भवती महिलाले खान्छिन् भने उसको सन्तानलाई भविष्यमा क्यान्सरको सम्भावना रहन्छ ।
– मासु, अण्डा, माछा आदि सर्वाधिक अम्लोत्पादक (एसिड फर्मिङ्ग) पदार्थ हुन् । अत: यसको सेवनले एसिडिटी हुनु स्वाभाविक छ ।
– पशुजनित प्रोटिन (मांसाहारबाट प्राप्त प्रोटिन) ले मृगौलामा पत्थरी बन्छ ।
– मासुलाई पचाउने क्रियामा ठूलो आन्द्रामा क्यान्सरकारक पदार्थ उत्पन्न हुन्छन् । अत: मांसाहारीहरूमा ठूलो आन्द्राको क्यान्सरको दर उच्च रहन्छ ।
– बोसोबाट आन्द्रा अवरुद्ध हुन जान्छ । मांसाहारीलाई क्रोनिक अल्सरेटिव कोलाइटीज (एक प्रकारको संग्रहणी) भन्ने रोग लाग्ने सम्भावना अधिक हुन्छ । रेशायुक्त शाकाहारी भोजन गर्नेहरू यस रोगबाट बच्दछन् । रेशायुक्त शाकाहार कैयौँ विषलाई निष्क्रिय गर्न सहयोगी हुन्छ । साथै यसबाट दाँत पनि सड्नबाट जोगिन्छ ।
– प्रतिदिन मांसाहार गर्ने महिलाहरूमा मासु नखाने महिलाहरूको तुलनामा चार गुणा बढी क्यान्सर हुने खतरा हुन्छ । अण्डाको उपयोगबाट पनि स्तन क्यान्सर हुन्छ ।
– मासु खाने महिलाहरू चाँडै रजस्वला हुन्छन् । उनीहरूमा स्तन क्यान्सरको खतरा पनि उत्तिकै बढी हुन्छ । मासु र अण्डायुक्त आहाराले मासिक धर्म बन्द हुने स्वाभाविक अवधिलाई विलम्बित गर्दछ ।
– मांसाहार छोड्नेलाई ३० प्रतिशत इन्सुलिन कम भए पुग्छ र उसको ब्लड सुगर लेभल (रगतमा ग्लुकोजको स्तर) अधिक स्थिर रहन्छ ।
– प्रोस्टेट ग्लाण्ड (पौरुषग्रन्थी) को क्यान्सरसित मांसाहारको सीधा सम्बन्ध छ । मासु, अण्डा आदि खानेहरूलाई शाकाहारीको तुलनामा ३.६ गुणा बढी क्यान्सर हुने आशंका रहन्छ ।
– डाइबिटीज मांसाहारको कारणबाट हुन्छ । ८० प्रतिशत मधुमेह रोगी आँखाको क्षतिबाट पीडित रहन्छन् ।
– मांसाहार मृगौलासम्म रगत आपूर्तिमा बाधक हुन्छ । यसबाट नशाको अन्तिम भागसम्म रगत जान पाउँदैन ।
– पशुहरूलाई बधशालामा लैजाँदा आफूलाई मारिने भेउ पाएर उनीहरूमा भय र आक्रोशजन्य प्रतिक्रिया उत्पन्न हुन्छ । यस्तो प्रतिक्रियाबाट मासु विषालु हुन पुग्छ । फलस्वरूप यस्तो मासु खानेहरू तनाव, सन्निपात, मिर्गी एवं आकस्मिक मृत्युका शिकार हुन्छन् ।
– विश्व स्वास्थ्य संगठनको बुलेटिन संख्या–६३७ का अनुसार मानिसको शरीरमा १६० प्रकारका रोग मासु खानाले हुन्छ ।
– टेनिया सगीनाटा र टेनिया सोलियम परजीवी मांसाहारीहरूको आन्द्रामा मात्र भेटाइएका छन् । यी परजीवीहरूको उपस्थितिबाट विभिन्न किसिमका रोगहरू लाग्ने आशंका रहिरहन्छ ।
– पित्ताशयमा हुने पत्थरी मांसाहारीमा अधिक र शाकाहारीमा नगण्य हुन्छ ।
–डा. वालन वाकरले दाँतलाई माइस्क्रोस्कोपिक विश्लेषण गरेर मानिस फल खाने प्राणीका वंशज हुन् भन्ने पत्ता लगाएका छन् ।

सकिन्छ । मांसाहारमा हाम्रो शरीरलाई स्वस्थ राख्न आवश्यक पर्ने माथि उल्लेख गरिएका ६ तत्त्वहरूमध्ये कुनै तत्त्व पाइँदै पाइँदैन भने कुनै अत्यन्त नगन्य मात्रामा पाइन्छ र कुनै तत्त्व आवश्यकताभन्दा अधिक मात्रामा पाइन्छ जसले गर्दा मांसाहार पचाउन हाम्रो पाचन प्रणाली digestive system) लाई धेरै कठिनाइ पर्दछ जसले गर्दा कसैलाई तत्काल र कसैलाई अलि समय बितेपछि पाचन प्रणालीसम्बन्धी विविध समस्याहरूले दुःख दिन थाल्छन् ।

वैज्ञानिकहरूले सन् १९७१ मा नै गहन अध्ययन र परीक्षणपश्चात् यो निष्कर्ष निकालेका थिए कि अण्डा, मासु आदि मांसाहारमा बोसोजन्य तत्त्व (कोलेस्टोरल) को मात्रा निकै ज्यादा हुने भएकोले यसबाट हृदयाघात (heart attack) वा मुटुसम्बन्धी अन्य रोग लाग्न सक्ने सम्भावना प्रबल रहन्छ। त्यसको तुलनामा शाकाहारी भोजनले ६० देखि ६७ प्रतिशतसम्म हृदयरोगलाई रोक्न सक्दछ। यो खबर 'जामा' नामक स्वास्थ्य विज्ञानसम्बन्धी प्रसिद्ध अखबारमा पनि छापिएको थियो ।

साथै वैज्ञानिक परीक्षणहरूबाट शत प्रतिशत यो पनि सिद्ध भइसकेको छ कि मांसाहार सेवन गर्ने व्यक्तिको स्वभाव क्रुर र हिंस्रक हुन्छ, यसले मनुष्यलाई असहिष्णु, कामी, क्रोधी, रूखो स्वभावको, अल्छी प्रकृतिको बनाइदिन्छ । यसले व्यक्तिमा तामसिक, प्रवृत्ति उत्पन्न गरी व्यक्ति-व्यक्तिबीचमा आपसी मनमुटाव, असहृदयता र निर्दयताको वातावरण सृजना गराइदिन्छ। अण्डा, माछा, मासु आदिको सेवनले शरीर रोगहरूको घर बन्न पुग्दछ जस्तै मोटोपन, क्यान्सर, बाथ, मधुमेह, पित्तसम्बन्धी रोग, हृदयरोग, उच्च रक्तचाप (high blood pressure), मृगौलासम्बन्धी रोग र पित्तथैलीमा पत्थरी आदि जटिल रोगहरूले मांसाहारी व्यक्तिलाई सजिलै आक्रमण गर्न सक्दछ । मांसाहारलाई पचाउँदा पाचन क्रियामा विखण्डन एवं दुर्गन्ध पैदा हुन्छ जसले गर्दा अपच हुने र व्यक्तिको रगत, वीर्य, पसिनामा विषाक्त पदार्थको मात्रा अप्रत्याशितरूपबाट बढ्न जान्छ। त्यस्ता व्यक्तिहरूबाट जन्मिने बच्चामा पनि विषाक्तताको असर आमाबाबुबाटै सरेर आउने हुँदा त्यस्ता बच्चाहरू सानै उमेरदेखि नै अटेरी, रिसाहा, घमण्डी, झगडालु हुन्छन् । पछि गएर उनीहरूबाट समाजमा आपराधिक क्रियाकलापहरू हुने सम्भावना निश्चय नै प्रबल रहन्छ। मांसाहारी व्यक्तिको पिसाब अम्लयुक्त हुन्छ । शरीरमा विद्यमान रगतमा भएको आवश्यक अम्ल पनि पिसाबबाट बाहिर जान थाल्छ जसले गर्दा अम्ल र क्षार (acid & base) को अनुपात बिग्रन गई शरीरका हाडहरू चाँडै नै कमजोर हुन पुग्छन् र मांसाहारमा भएका कीटाणु अनि बोसोले शरीरको रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता पनि ज्यादै न्यून बनाइदिन्छ। यसप्रकार मांसाहारबाट जतातते हानी नै हानीसिवाय केही भेटिँदैन ।

मांसाहारसम्बन्धी विषयलाई लिएर हामीले हालसालै नरदेवी अस्पतालका कविराज मधुसुदन लोहनीसँग केही कुराकानी गरेका थियौं । उहाँ भन्नुहुन्छ, "आजसम्म मेरो सम्पर्कमा सयौं, हजारौं रोगीहरू आएका छन्, उनीहरूमध्ये धेरैजसोको

शरीरमा रोगव्याधिले आक्रमण गर्नुको एकमात्र कारण मांसाहार नै भएको मैले पाएको छु ।" उहाँ अगाडि भन्नुहुन्छ, "मांसाहारले शरीरमा अनावश्यक बोसोको वृद्धि हुन्छ, यसलाई पचाउन गाह्रो पर्ने हुनाले पाचन प्रणालीसम्बन्धी गम्भीर रोगहरू यसैबाट उत्पन्न हुने गर्दछन् जसमा कब्जियत प्रमुख समस्याको रूपमा देखा पर्दछ । यसबाट रगतमा अशुद्धता बढ्न जाने, युरिक एसिड (uric acid) बढ्ने र वायु बढ्ने (gastritis) रोगले व्यक्तिलाई दुःख दिन थाल्छ । कुनै पनि रोगबाट ग्रसित व्यक्तिले औषधि सेवनकालमा मांसाहर गर्दछ भने त्यस्तो बेलामा उसले सेवन गरेको औषधिले जुन रूपबाट उसको रोगलाई नियन्त्रण गर्नुपर्ने हो, त्यो गर्न सक्दैन । फलस्वरूप लामो समयसम्म निरन्तर औषधि सेवन गर्दा पनि त्यसबाट सकारात्मक परिणाम हात पार्न बिरामी असफल रहन्छ । त्यसैले कुनै पनि दृष्टिकोणबाट मांसाहार सेवन गर्नु मानवको लागि निश्चय नै अहितकर, अस्वस्थकर छ ।

क्षणिक स्वादको लोभमा फसेर मांसाहारप्रतिको आसक्तिमा डुबेर केवल तपाईंले आफ्नो शरीरलाई र आफ्ना सन्ततिहरूलाई रोगव्याधिको डरलाग्दो दलदलमा धकेलिरहनुभएको छ, मांसाहारले शरीर स्वस्थ र बलिष्ठ हुन्छ भन्ने दरिलो भ्रममा, मिथ्या धारणामा फसेर तपाईं पतनको मार्गतर्फ अग्रसर भइरहनुभएको छ । एकपटक विचार गुर्नहोस् कि हात्ती, घोडा, गोरु, चौरी, गधा, उँटजस्ता जनावरहरू गह्रौंभन्दा गह्रौं भारी बोकेर कैयौं माइलको उकालो यात्रा सहजै पार गर्न सक्छन् । दिनभरिमा कैयौं व्यक्तिहरू मिलेर खन्न, जोत्न नसक्ने खेतबारी यस्ता जनावरहरूले सहजै जोतिदिन्छन् । यी जनावरहरू मांसाहारी जीव त होइनन्, शाकाहारी भोजनबाटै उनीहरूले आफूमा व्यापक कार्य गर्न सक्ने अदम्य क्षमता हासिल गरेका छन् भने मांसाहारले शरीर बलिष्ठ र निरोगी हुन्छ भन्नु सरासर मूर्खतासिवाय केही हुनै सक्दैन ।

विश्वभरिमा गरिएका सर्वेक्षणले आज यही निर्क्यौल निकालेका छन् कि व्यापक हिंसा, हत्या, लुटमार, बलात्कार आदि जघन्य अपराधमा संलग्न ९९ प्रतिशत व्यक्तिहरू मांसाहारी हुन् ।

शाकाहारी भोजनको सहारामा नै व्यक्ति आध्यात्मिक मार्गमा सहजताका साथ अगाडि बढ्न सक्छ । सात्विक भोजनले नै व्यक्तिलाई सरल, सहृदयी, सहनशील र धैर्यवान् राख्न मद्दत पुऱ्याउदँछ र यसबाटै व्यक्ति परम स्वाध्यायको मार्गमा अगाडि बढ्न सक्छ ।

याद राख्नुहोस्, हाम्रा पूर्वजहरू कोही पनि मांसाहारी थिएनन् । हाम्रा धर्म, संस्कृतिले, हाम्रा प्राचीनतम् वेद, पुराण, उपनिषद् आदि शास्त्रहरूले, मांसाहारसम्बन्धी गहन अध्ययन, अनुसन्धान गर्ने विश्वभरिका वैज्ञानिक, चिकित्सकहरू, आयुर्वेद क्षेत्रका ज्ञाताहरू कसैले पनि मानवलाई मांसाहार गर्न सिकाएका छैनन् भने हिंसाजस्तो जघन्य पापपूर्ण र आपराधिक मार्गलाई अपनाई तपाईं किन आफ्नो नैतिकता, स्वास्थ्य, धर्म र संस्कृतिलाई धराशायी पार्दै हुनुहुन्छ ? साथीभाइको लहैलहैमा लागेर, आफ्ना वरपरका घर छिमेकीहरूको देखासिकी गरेर वा समाजमा आफ्नो इज्जत बढ्छ भन्ने सोचेर तपाईं पशुवध गर्दै हुनुहुन्छ, एउटा निर्दोष र निरीह प्राणीलाई घाँटी रेटेर मार्ने वा मार्न लगाउने राक्षसी वृत्ति अपनाई के-के न पुरुषार्थ गरें भन्ने ठान्नुहुन्छ भने एकपटक सोच्नुहोस् ।

बडादशैंजस्तो महत्त्वपूर्ण, महान् र पवित्र चाडको छविलाई निर्दोष पशुपन्छीहरूको रगतले रङ्गाएर यसको गरिमा धमिल्याउन खोज्नेहरूलाई माता जगदम्बिके भवानीले अवश्यै उचित दण्ड दिनुहुने नै छ । माताको कोपबाट आफूलाई सुरक्षित राख्न चाहनुहन्छ भने यसपटकको विजयादशमीदेखि नै पशुवध गर्नेदेखि लिएर अन्य समस्त प्रकारका कुनै पनि पापकर्महरूमा आफूलाई संलग्न नगराऔं । परमपूज्य सद्गुरुदेव र माता दुर्गे भवानीको चरणकमलमा आफूलाई समर्पित गरौं, यसैमा नै तपाईं हामी सबैको भलाइ छ ।

जय गुरुदेव !

बिर्सिएको दशैं रहस्य

के वृद्धवृद्धा, के युवायुवती र के बालक बालिका सबैलाई दशैं उत्तिकै प्यारो लाग्ने गर्छ, रमाइलो लाग्ने गर्छ । किनकि दशैं नेपालकै सबैभन्दा ठूलो चाड हो । हामी दशैँलाई धूमधामका साथ, रौनकका साथ, शानका साथ, मस्तीका साथ, उत्साहका साथ, उमङ्गका साथ मनाउँछौँ । त्यसैले हाम्रो देशको शान हो दशैं, नेपालीहरूको गौरव हो दशैं । त्यसैले दशैं सबैको पहिचान हुन पुगेको छ ।

दशैंमा यसरी गाइने गरेको पनि सुनिन्छ– 'दशैं आयो खाउँला, पिउँला' ।

सबैको खाने पिउने बेला हो दशैं । सबैको लाउने र अघाउने बेला हो दशैं । दशैं नै त्यो समय हो जुन बेला बडो मेहनत र श्रम गरेर कमाएको, जोगाएको पैसालाई निर्धक्क, निसंकोच, निर्बाध खर्च गरिदिन्छौं । यसैबेला त हो हामी सबैले भए जतिका कार्य व्यस्ततालाई थाँती राखेर कुनै बाधा अवरोध दशैंलाई खुशीयालीमा, आनन्दमा बिताउँछौं, उन्मुक्त गतिले हामी हिँड्छौं, निर्बाधरूपमा खान्छौं, खुवाउँछौं । हाम्रो क्षण यसबेला शानदार हुन्छ, हाम्रो मनोदशा यतिबेला हर्षविभोर हुन्छ ।

दशैं निश्चय नै हर्षित हुने क्षण हो, खुशी मनाउने क्षण हो, आनन्दित भएर तरङ्गित हुने दिन पनि हो । यो झोक्राएर थकित भएको अवस्थालाई उत्मुक्ति दिने बेला हो । दशैंमा नागरिक स्तरमा मात्रै होइन, राज्यस्तरबाट पनि खुशी मनाइन्छ, हर्ष-बढाइँ गरिन्छ, विभिन्न सभा-समारोहहरूको पनि आयोजना गरिन्छ । सबैलाई विदा दिइन्छ, दशैं खर्च बाँडिन्छ । शुभकामनाका लहरहरू घर-घरमा पुग्छन् र पुऱ्याइन्छन्, अखबारका पानाहरू शुभकामनाका हरफहरूले भरिन्छन्, रेडियो, टिभीहरूमा शुभकामनाका ध्वनिहरू गुँजिन्छन्, तुल, ब्यानरहरूमा शुभकामनाका पङ्क्तिहरू लेखेर जताततै झुण्ड्याइएका हुन्छन् । यत्रतत्र सिंगारपटार, जताततै सफाइ-सुग्घर, स्वःस्फूर्त आनन्द, रमाइलो वातावरण ! प्रकृति माताले पनि अनौठो सुवास फैलाउँछिन् यतिबेला ।

वर्षौंदेखि हामीले दशैंलाई यसरी चिन्दै आइरहेका छौं । दशैंलाई यही अर्थभित्र कैद गरेर हामीले यसलाई मनाउँदै आइरहेको पनि धरै भइसकेको छ । खाने, पिउने वा मोजमज्जा गर्ने, नयाँ लुगा लगाउने, चचहु-चचहु गर्दै पिङ खेल्ने अवसर मात्रै होला त दशैं ? माछा, मासु टन्न खाई मनोरञ्जन गर्ने सुनौलो अवसरको रूपमा मात्र दशैंलाई लिनु अगाडि हामीले सोच्नु पर्ने बेला आइसकेको छ । हाम्रा ऋषिमुनिहरूले, हाम्रा अग्रजहरूले, हाम्रा आचार्य मनीषिहरूले, हाम्रा कुशाग्र बुद्धिका धनीहरूले कुनै पनि चाडपर्वलाई खाली मनोरञ्जनका रूपमा मात्र लिएका थिएनन् । चाडवर्षभित्र, यसको व्यवस्थाभित्र, यसको निरूपणमा धेरै रहस्य लुकेका छन् । यसको विश्लेषण गर्ने

नवरात्रिभरि व्रत, उपवास, पूजा, देवी आराधनापश्चात् दशौं दिनमा हाम्रो अन्त:ष्करणमा उदाउने शुद्धता, पवित्रता, दिव्यता नै विजयादशमीको रुपमा लिइन्छ । नवरात्रिभरिको देवी उपासनाबाट जन्म जन्मान्तरका कर्मदोषहरुको निराकरण नै विजयादशमी हो ।

बेला आइसकेको छ, यसलाई साङ्गोपाङ्ग विवेचना गर्ने समय भइसकको छ । चाडपर्व भित्रका आध्यात्मिक रहस्य, मनोवैज्ञानिक लाभ, शारीरिक र मानसिक आरोग्यतालाई यथाशक्य विश्लेषण गरी जनमानसमा पुऱ्याउने बेला आइसकेको छ ।

हामीले केवल स्थूल कुरामा मात्रै जोड दिई यी चाडपर्वहरूलाई मनाउँदै आइरहेका छौँ, यो हामी सबैका लागि ठूलो दुर्भाग्य मान्नुपर्दछ, अभिशाप ठान्नुपर्दछ । चाडवर्ष मनाएर हामी अध्यात्मको त्यस स्तरसम्म पुग्न सक्छौँ जुन स्तरलाई भगवान् बुद्ध, भगवान् राम र भगवान् कृष्णले स्पर्श गर्नुभएको थियो, जुन ईसामसीहको अनुभूति थियो र महावीरले यही स्तरको रस्वास्वादन गर्नुभएको थियो । त्यस आध्यात्मिक स्तरलाई दशैंजस्तो महान् चाडले प्रत्येक वर्ष आफूसँगै ल्याएको हुन्छ तर हामी भने खान-पिउन र मोजमस्ती गरेर नै प्रत्येक वर्ष बिताइदिन्छौँ । बिताएका दशैंका ती क्षणहरू मिथ्यातृप्ति, मिथ्याभिमानको औँलो तेर्स्याएर जान्छन् ।

हामी दङ्ग पर्छौं– दशैंमा यति रूपैँया खर्च गरेँ भनेर । दशैं आध्यात्मिक तृप्तिको माध्यम हो भनेर चिन्न नसक्दा यसको परिणाम मिथ्या तृप्ति बाहेक अरू हुन नै के सक्छ र ? त्यसैले अब जाग्ने बेला आएको छ घोर निद्राबाट, दशैंभित्र लुकेको विविध रहस्य र लाभ पक्षलाई बुझ्ने, केलाउने, मनन गर्ने, चिन्तन गर्ने र व्यवहारमा उतार्ने बेला आएको छ ।

दशैंमा निहित दैवी संकेतलाई बुझ्न सके हाम्रा चार पुरुषार्थ सिद्ध हुनेछन् । धर्म, अर्थ, काम र मोक्ष चार पुरुषार्थ साध्ने सुनौला अवसरहरूमध्ये नवरात्रि पनि एक हो । नवरात्रिभरि व्रत, उपवास, पूजा, देवी आराधनापश्चात् दशौं दिनमा हाम्रो अन्तस्करणमा उदाउने शुद्धता, पवित्रता, दिव्यता नै विजयादशमीको रूपमा लिइन्छ । नवरात्रिभरिको देवी उपासनाबाट जन्म जन्मान्तरका कर्मदोषहरूको निराकरण नै विजयादशमी हो । यही नै दशैंको मूल लक्ष्य हो, मूल मर्म हो, वास्तविकता हो । यस अतिरिक्त जति पनि लवाइ-खवाइ-खेलाइ, मोजमस्ती वा अन्य सुख दिने क्रियाकलाप हुन्छन्, यी त केवल बाहिरी आडम्बर मात्र हुन् । दशैंमा आडम्बरमा मात्र रम्ने र यसको खास लक्ष्यलाई आत्मसात् नगर्ने हो भने दशैं मनोरञ्जन बाहेक केही हुन सक्दैन ।

त्यसैले दशैंलाई सदा विजयोत्सवको रूपमा मनाऔं । यसमा अन्तर्निहित गूढ रहस्यलाई चिनेर यसलाई मनाउने गरौं । भगवती दुर्गाको आराधनाको रूपमा यसलाई मनाऔं, आत्मोन्नतिको रूपमा, आत्मदर्शनको रूपमा, देवी साक्षात्कार गर्ने अवसरको रूपमा यसलाई मनाऔं, जीव भावबाट शिव भावमा प्रवेश गर्ने क्षणको रूपमा, नरबाट नारायण हुने अवसरको रूपमा यसलाई मनाऔं । यसपछि मात्रै दशैं सबैका लागि विजयादशमी हुनेछ । यस रहस्यको ज्ञान सबैलाई होऊन्, शुभ विजयादशमीको पावन अवसरमा सबैलाई शुभकामना !

जय गुरुदेव !

गुरु गोरखनाथद्वारा निर्मित नवनाथ

महार्णव तन्त्रमा गुरु गोरखनाथलाई मूलनाथ मानी अन्य नवनाथहरूको व्याख्या गरेको पाइन्छ जसमध्ये आठ नामहरू हुन्–

१. गोरखनाथ
२. जालन्धरनाथ
३. नागार्जुन
४. सहस्रार्जुन
५. दत्तात्रेय
६. देवदत्त
७. जडभरत
८. आदिनाथ ।

विभिन्न विद्वान्‌हरूले गुरु गोरखनाथलाई मूलनाथ मानी व्याख्या गरेका अन्य नवनाथहरू यसप्रकार रहनुभएको छ-

१. गोरखनाथ
२. ज्यालेन्द्रनाथ
३. कारिणनाथ
४. गहिनीनाथ
५. चर्पदनाथ
६. देवणनाथ
७. नागनाथ
८. भर्तुहरिनाथ
९. गोपीचन्द ।

विभिन्न विद्वान् लेखकहरूले गुरु गोरखनाथले बनाउनुभएका नाथ योगीहरूलाई एक मतका साथ उल्लेख गरेको पाइँदैन । एउटै नाथ धेरै ठाउँमा दोहोरिनुले पनि कैयौँ नवनाथको नाम विवादास्पद रहेको पाइन्छ ।

तान्त्रिक सिद्ध परम्परामा नवनाथलाई सिद्धहरूको सूचीमा राखी गणना गरिएको पाइन्छ । तान्त्रिक परम्परामा प्रचलित तीन मत कादि, हादि र सादिमा पनि नवनाथको चर्चा गरिएको पाइन्छ । यी तीन मतअन्तर्गत प्रत्येक मतमा छुट्टै नामहरू नवनाथको रूपमा उल्लेख गरिएको पाइन्छ । गोरक्ष दर्शनमा उल्लेख भएअनुसार कादि मतमा उल्लिखित नवनाथहरूमा निम्न आठ नामहरू पाइन्छन्–

१. गोरखनाथ
२. जालन्धरनाथ
३. नागार्जुन
४. सहस्रार्जुन
५. दत्तात्रेय
६. देवदत्त
७. जडभरत

८. आदिनाथ ।

विभिन्न विद्वान्हरूले गुरु गोरखनाथलाई मूलनाथ मानी व्याख्या गरेका अन्य नवनाथहरू यसप्रकार रहनुभएको छ-

१. प्रह्लाद
२. कुमार
३. क्रोध
४. ध्यान
५. सनक
६. वशिष्ठ
७. सुख
८. बोध ।

त्यस्तै, हादि मतमा उल्लिखित नवनाथका नामहरू यसप्रकार रहेका छन्-

१. उद्ध्र्व केश
२. नीलकण्ठ
३. वशिष्ठ
४. मीन
५. हरिहर
६. व्योम केश
७. वृषध्वज
८. कूर्म ।
९. महेश ।

नेपाली परम्परामा गणना गरिएका सादि मतअन्तर्गत उल्लिखित नावनाथहरू यसप्रकार हुनुहुन्छ–

१. प्रकाश
२. विमर्श
३. आनन्द
४. ज्ञान
५. सत्य
६. पूर्ण
७. स्वभा
८. प्रतिमा
९. सुभग ।

यसरी तान्त्रिक मतभित्रका यी मतहरू कादि, हादि, सादिअन्तर्गत नवनाथहरूको नामको पछाडि 'आनन्दनाथौ' उपाधि जोडिएको पाइन्छ ।

कल्याण भावना

–तिमीले जे दिन्छौ, त्यही तिम्रा लागि अनन्त गुणा भएर फर्कन्छ। अहिल तिमीलाई सुख-दुःख, लाभ-हानि जे जति भइरहेका छन्, यी सबै तिम्रा पहिलेका कर्मफल हुन् ।

–तिमी सुख चाहन्छौ, प्रेम चाहन्छौ, आश्रय चाहन्छौ, शान्ति चाहन्छौ, हित चाहन्छौ अथवा के चाहन्छौ ? यीमध्ये तिमीसित जे छ, त्यो उदारतापूर्वक अरुलाई दिँदै रहू। यी सबै कुरा तिमीसित हुनै पर्छ किनकि भगवान्ले यी कुराहरु सबैलाई दिनुहुन्छ। तर जसले यी कुरालाई केवल आफूसँग मात्रै राख्दछ, उसका यी कुराहरु नष्ट हुन जान्छन् । खेतमा रोपेको बीज अनन्त गुणा भएर फलेजस्तै जसले बाँड्दछ उसलाई अनन्त गुणा भएर प्राप्त हुन्छ ।

–तिमी यदि अरुका लागि आफन्त बनिदिन्छौ, उनीहरुको दुःखमा साथ दिन्छौ, पीडामा उनीहरुलाई आश्वासन दिन्छौ, उनीहरुप्रति सदा प्रेम, सेवा, सहानुभूति तथा उदारताको व्यवहार गर्दछौ भने सारा जगत् तिम्रो आफ्नो बन्न जान्छ। सबैमा तिमीलाई आत्मीयता, सेवा, सहायता प्राप्त भइरहन्छ, सदा अनन्त गुणा भएर ।

–तिमीले अरुको दोष नहेहेर केवल उनीहरुको गुण देख्छौ, उनीहरुको व्यवहारलाई भूल नमानेर आफूलाई दोषी ठान्छौ, उनीहरुलाई सम्मान गर्छौ, उनीहरुको जीवनमा नयाँ छिद्र नबनाई उनीहरुका पुराना छिद्रहरुलाई आफ्ना गुण, त्याग, बलिदान तथा उदारताले ढाकिदिन्छौ, कसैका लागि पनि सियो नभई धागो बन्छौ भने तिमीलाई सबैबाट अपार प्रेम प्राप्त हुनेछ । तिम्रो सुख सुविधाको ध्यान मानिसहरु आफ्ना सारा सुख सुविधालाई उत्सर्ग गरेर पनि गर्छन् ।

–यदि तिमीले यस्तो व्यवहार निष्काम भावले गर्छौ, सबैमा भगवान् हुनहुन्छ भनेर भावपूर्वक भगवान्को सेवा उहाँकै प्रीतिका लागि भनेर गर्छौ भने तिमीलाई यसैबाट भगत्प्राप्ति हुन जान्छ– दुर्लभ भगवत्प्रेम प्राप्त हुन्छ ।

–तिम्रो यो जीवन कसैलाई दुःखी बनाउने, कसैको सुख छिन्ने तथा कसैलाई असुविधा दिनका लागि होइन। यस्तो जीवन त राक्षसहरुको हुन्छ। तिमी मानव हौ, तिम्रो जीवन सेवाका लागि आफ्ना सबै कुरा दिएर सबैलाई सुख पुऱ्याउनु हो। तब मात्र तिमी मानव कहलिनेछौ, तब मात्र तिम्रो मानव जीवनको महत्ता हुन्छ र यस महत्तालाई केवल भगवत्प्रीत्यर्थ स्वीकार गर्नमा नै मानवजीवनको सफलता हो ।

यस स्तम्भअन्तर्गत हस्तरेखा विज्ञानअनुसार हस्तरेखासम्बन्धी जानकारीहरु पाठकवर्गसमक्ष राख्दै आइरहेका छौँ। आशा छ, यसबाट यहाँहरु लाभान्वित हुनुहुनेछ।

हस्तरेखा विज्ञान

आफ्नो हात आफै हेरौँ

सूर्य रेखा

(गतांकबाट क्रमशः)

अवस्थाहरु–

६. कहिलेकाहीँ यो रेखा हर्षल क्षेत्रबाट प्रारम्भ भएर सूर्यसम्म पुग्छ।

७. कहिलेकाहीँ भने यो रेखा चन्द्र पर्वतबाट प्रारम्भ भएर सूर्य पर्वततिर गएको देखिन्छ।

८. केही हत्केलामा यो रेखा मणिबन्धबाट प्रारम्भ भएर सूर्य पर्वतमा बाटाका सबै रेखाहरूलाई काटेर गएको देखिन्छ।

९. हत्केलामा यस रेखा केतु पर्वतबाट प्रारम्भ भएर अनामिकाको मूलसम्म पुगेको देखिन्छ।

१०. कैयौँपटक यस रेखाको उद्‌गम राहु क्षेत्रबाट पनि देखिएको पाइन्छ।

११. केही हत्केलामा यो रेखा हत्केलाको बीचबाट प्रारम्भ भएर सूर्य पर्वतसम्म पुग्दछ।

१२. केही हत्केलामा यो रेखा बुध पर्वतबाट प्रारम्भ भएर सूर्य पर्वतसम्म पुग्न सक्षम हुन्छ।

व्याख्या–

६. छैटौं अवस्थाः- यस्तो व्यक्तिले जीवनमा धेरै परिश्रम गर्नुपर्ने हुन्छ। उसलाई न त व्यवस्थित तवरले शिक्षा मिल्दछ, न त जीवनलाई माथि उठाउन कसैले सहायता नै गर्दछ। यस्तो व्यक्तिले आफ्नो जीवनमा जुन उन्नति गर्दछ, त्यो आफ्नै प्रयत्नबाट मात्र गर्दछ। तर पनि भविष्यमा यस्ता व्यक्ति न्यायधीश, बैरिस्टर अथवा प्रमुख शिक्षा शास्त्री बन्न सक्छन्। जीवनमा कैयौँपटक विदेश यात्रा गर्दछन् तथा वैदेशिक प्रेम सम्बन्धका कारण बदनाम पनि हुन्छन्।

७. सातौं अवस्थाः- यस्ता व्यक्तिहरूको भाग्योदय विवाह पश्चात् मात्र हुन्छ। विवाहपश्चात् यस्ता व्यक्तिहरूले आश्चर्यजनकरूपमा प्रगति गर्दछन्। आफ्नो कार्यमा सफलता प्राप्त गर्दछन् तथा आफ्नो लक्ष्य प्राप्तिका लागि योग्यता बनाउँछन्। यस्ता व्यक्तिहरू भावुक, सहृदय एवं रसिक हुन्छन्। फूर्तिफार्ति देखाउनु यिनीहरूको लागि प्रिय हुन्छ। आडम्बरप्रिय यस्ता व्यक्तिहरू आफ्नो चारैतर्फ भ्रमको वातावरण बनाएर राख्दछन्।

८. आठौं अवस्थाः- धेरै कम व्यक्तिहरूको हातमा यस्तो प्रकारको सूर्य रेखा देख्न सकिन्छ। यस्ता व्यक्तिहरूको जीवनमा धन, मान, पद, प्रतिष्ठा, ऐश्वर्य, यश, कीर्ति आदिको कुनै प्रभाव हुँदैन। यी व्यक्तिहरू सादगीपूर्ण जीवन बिताउने तथा धर्ममा पूरा आस्था राख्ने हुन्छन्।

९. **नवौं अवस्था:-** जुन व्यक्तिको हत्केलामा सूर्य रेखा स्पष्ट लालिमायुक्त हुन्छ, उनीहरूको बाल्यकाल अत्यन्त सुखमय व्यतीत हुन्छ । उसको जीवनमा धन, ऐश्वर्यको कुनै कमी हुँदैन । यस्ता व्यक्तिहरूले जीवनमा धेरै परिश्रम गर्नु पर्दैन । थोरै प्रयत्नबाट नै यिनीहरूको जीवनमा सफलता प्राप्त हुन्छ । यस्ता व्यक्ति माथिल्लो स्तरका व्यापारी हुन्छन् । तर यस्ता व्यक्तिहरूको सम्बन्ध निम्नस्तरका व्यक्तिहरूसँग विशेष रहन्छ जसको फलस्वरूप समाजमा यिनीहरूको सम्मान केही कम हुन्छ । तर यिनीहरू न त समाजको परवाह गर्दछन्, न आफूमाथि कुनै अंकुशलाई स्वीकार्दछन् ।

१०. **दशौं अवस्था:-** जुन हत्केलामा यस्तो प्रकारको सूर्य रेखा देखिन्छ, त्यस्ता व्यक्तिहरू चतुर तथा उत्साही हुन्छन् । कुराको चुरोसम्म यस्ता व्यक्तिहरू तुरुन्त पुग्न सक्छन् तथा सामुन्नेको व्यक्तिको अनुहारबाट नै उसको मनका भावहरू थाहा पाउन सक्छन् । जीवनमा यिनीहरू स्वतन्त्र प्रकृतिसँग रहन्छन् । एकपटक जुन निर्णय लिन्छन् त्यसमा पूर्णरूपमा लाग्दछन् ।

११. **एघारौं अवस्था:-** जुन व्यक्तिहरूको हातमा यस्तो रेखा पाइन्छ, त्यस्ता व्यक्तिहरू प्रबल भाग्यशाली हुन्छन् । उनीहरूको जीवनमा कैयौंपटक आकस्मिक धनलाभ हुन्छ । समाजमा भौतिक दृष्टिबाट यिनीहरूको जीवनमा कुनै कमी रहँदैन । सबै दृष्टिबाट यी व्यक्तिहरू सुखी र सफल कहलिन्छन् ।

१२. **बाह्रौं अवस्था:-** धेरै नै कम व्यक्तिहरूको हत्केलामा यस्तो प्रकारको सूर्य रेखा पाइन्छ । यस्ता व्यक्तिहरू सफल अभिनेता बन्दछन् तथा आफ्नो कलाको माध्यमले अतुलनीय धन तथा यश प्राप्त गर्दछन् ।

जय गुरुदेव !

२०६७ आश्विन महिनाका शुभ समयहरू

आश्विन ३, १०, १७, २४ र ३१ गते (आइतवार)
श्रेष्ठ– दिन ७:३६–१०:००, १२:२४–२:४८
रात्रि ७:३६–९:१२, ११:३६–२:००

आश्विन ४, ११, १८ र २५ गते (सोमवार)
सर्वश्रेष्ठ– दिन ९:१२–१०:४८, ३:३६–६:००
श्रेष्ठ– दिन ६:००–९:१२, १:१२–३:३६
रात्रि ८:२४–११:३६, २:००–३:३६

आश्विन ५, १२, १९ र २६ गते (मंगलवार)
सर्वश्रेष्ठ– दिन १२:२४–२:४८
श्रेष्ठ– दिन ६:००–७:३६, १०:००–१०:४८
रात्रि ८:२४–११:३६, २:००–३:३६

आश्विन ६, १३, २० र २७ गते (बुधवार)
सर्वश्रेष्ठ– दिन ६:४८–८:२४
श्रेष्ठ– दिन ८:२४–११:३६
रात्रि ६:४८–१०:४८, २:००–४:२४

आश्विन ७, १४, २१ र २८ गते (बिहीवार)
सर्वश्रेष्ठ– दिन ५:१२–६:००
श्रेष्ठ– दिन ६:००–६:४८, १०:४८–१२:२४, ३:१२–५:१२
रात्रि १०:००–१२:२४

आश्विन १, ८, १५, २२ र २९ गते (शुक्रवार)
सर्वश्रेष्ठ– दिन ४:२४–६:००
रात्रि १:१२–२:००
श्रेष्ठ– दिन ९:१२–१०:२४, २:००–४:२४
रात्रि ८:२४–१०:४८

आश्विन २, ९, १६, २३ र ३० गते (शनिवार)
सर्वश्रेष्ठ– दिन ५:१२–६:००
श्रेष्ठ– दिन १०:४८–२:००
रात्रि ८:२४–१०:४८, १२:२४–२:४८, ४:२४–६:००

नोट:
दिन-भन्नाले बिहान ६:०० देखि साँझ ६:०० सम्म
रात्रि-भन्नाले साँझ ६:०० देखि अर्को बिहान ६:०० सम्म

परमपूज्य सद्गुरुदेव डा. नारायणदत्त श्रीमालीज्यूद्वारा रचित 'ज्योतिष और काल निर्णय' ग्रन्थमा आधारित ।

नरिवल

हामी प्राय:जसोले मन्दिरमा गएर देवीदेवतालाई नरिवल चढाएको हुनुपर्छ । यति मात्रै होइन, टन्टलापुर घाममा नरिवलको शीतल र स्वादिष्ट पानी पनि खाएकै हुनुपर्छ । तर पनि प्रचुर मात्रामा औषधीय गुणले भरिएको नरिवलको बारेमा भने हामीलाई थाहा नहुन सक्छ । आउनुहोस्, यसको गुण, विशेषताका बारे केही केलाऔं ।

'नारिकेलफलानि च ।

वृंहणस्निग्धशीतानि बल्यानि मधुराणि च ॥' (च. सू. २७)

(नरिवलको फल वृहण, स्निग्ध, शीत, मधुर तथा बलप्रद हुन्छ । यो गुरु, स्निग्ध, स्वादु तथा शीतल हुन्छ । मासु बढाउने, बलप्रदक र वस्ती शोधक हुन्छ । अंग्रेजीमा Coconut alm भनेर चिनिने नरिवललाई संस्कृतमा नारिकेल, नालिकेर, दृढ फल (कठिन फल भएको) सदा फल (सधैँ फल फल्ने) कूर्चशीर्षक (शिरोभागमा कूचीजस्तै) भनिन्छ । यसको Latin नाम Cocus Nacifera हो ।

स्वरूप :

यसको बोट करिब ६० देखि ९० फिट अग्लो हुन्छ । काण्ड ठूलो कालो वा धूसर वर्णको हुन्छ र बाहिरी भागमा गोलाकार चिह्न हुन्छ । पात ८-२० फिटसम्मको लामो हुन्छ । यसको फल अण्डाकृत, त्रिकोणीय १० देखि १५ इन्च जतिको हुन्छ । यसको पात करिब २ देखि ३ फिट लामो र रेखाकार हुन्छ, फूल पहेँलो रङको हुन्छ । बाहिरी आवरण अत्यन्त कठिन हुन्छ भने भित्र पानी भरिएको हुन्छ ।

आयुर्वेदिक ग्रन्थ र निघण्टुहरूमा बताइएअनुसार नरिवलका तीन अवस्थाहरू हुन्छन्–

बाल : यस अवस्थामा केवल पानी मात्र रहन्छ ।

मध्यम : मध्यम अवस्थामा पानी कम र गुदी मृदु दूधजस्तै हुन्छ ।

पक्वा : पक्वावस्थामा मज्जा अत्यन्तै कठोर र प्राय: निर्जल हुन्छ ।

उत्पत्तिस्थान :

समुद्र तटको क्षेत्र, दक्षिण भारत विशेषत: केरल, पूर्वी बंगाल, उडिसा, श्रीलंका, वर्मामा प्रचुर मात्रामा पाइन्छ ।

गुणमा गुरु स्निग्ध, रसमा मधुर, विपाक, मधुर र वीर्यमा शीत भएको नरिवलमा प्रोटिन, ग्लुकोज, इक्षुशर्करा, क्लोराइड्स प्रचुर मात्रामा पाइन्छन् । साथै, भिटामिन 'ए' र 'बी' पनि पाइन्छन् ।

नरिवलको उपयोगिता :

–पोलेको ठाउँमा यसको पानीले धोएमा दाह शान्त हुन्छ र दाग पनि जान्छ ।

–यसको तेलले कपाल बढाउँछ ।

–यसको पानीले तृष्णा, दाह आदि पैत्तिक विकार शान्त गर्छ ।

–पेट ढुस्स परेकोमा नरिवलको पानी उपयोगी हुनाका साथै यसले दिसा खुलाउँछ ।

–अतिसारमा यो अत्यन्त लाभदायक छ । विशेषतः रक्तातिसारमा उपयोगी मानिन्छ ।

–महिलाको महिनावारी समस्या (कष्टार्तवमा/(Dysmenorrhoea) मा उपयोगी हुन्छ ।

नरिवलको प्रयोज्य अंगमा फल, फूल, तेल, मूल आदि हुन् । बजारमा नारिकेलखण्ड, नारिकेललवण, नारिकेलामृत योगहरू पाइन्छन् ।

नयाँ अनुसन्धानका कुराहरू :

–नरिवलको पानीमा Potassium हुन्छ जुन Cholera का बिरामीहरूलाई अति उपयोगी मानिन्छ । साथै, यसको पानी मूत्रसम्बन्धी विकार र आमाशय र आन्त्रसम्बन्धी विकारमा लाभदायक भएको पुष्टि भएको छ ।

–यसको तेल तालु खुइलिइएकोमा पनि लाभदायक मानिन्छ ।

–यसको जरा गर्भाशयसम्बन्धी विकारमा लाभदायक मानिएको छ भने यसको पानीमा Potassium, Vitamins र अन्य M inerals आदि पाइनुका साथै Reducing Sugar 2.22-2.85 प्रतिशत, Total sugar 3.5-4.25 प्रतिशत Brix 5.5-6.2 प्रतिशत पाइने हुनाले यसलाई Normal Saline को प्रतिनिधिको रूपमा Dehydration हुँदा प्रयोग गरिन्छ ।

–नरिवलको Alcoholic Extract (2 Percent in Petroleum Jelly, बाहिरी प्रयोग) Dermatophitosis मा अत्यन्त उपयोगी रहेको अनुसन्धानले बताएको छ ।

–साथै, यसको Shell / Fibre ले किटाणु नाश गरेको पाइएको छ ।

जय गुरुदेव !

वस्ति क्रिया

गुदद्वारबाट पानी पठाएर ठूलो आन्द्रामा संकलित मललाई बाहिर निकाल्ने विधिलाई वस्ति क्रिया (एनिमा) भनिन्छ । यो षट्कर्माभ्यासअन्तर्गत पर्ने एक महत्त्वपूर्ण यौगिक क्रिया हो । योग, प्राकृतिक चिकित्सा, आयुर्वेद, युनानी, एलोप्याथीजस्ता विश्वप्रसिद्ध चिकित्सा विज्ञानले आफ्नो उपचार पद्धतिमा वस्ति अर्थात् एनिमाको प्रयोग गरेको पाइन्छ । आधुनिक चिकित्सा एलोप्याथीले विभिन्न कृतिम रसायनहरू मिलाएर एनिमा दिने गर्छ भने प्राचीन चिकित्सा पद्धति आयुर्वेदले जडिबुटी मिलाएर एनिमा दिन्छ । योग र प्राकृतिक चिकित्साले सफा र केही नमिलाइएको पानीलाई बढी प्राथमिकता दिएको छ । ठूलो आन्द्रामा मल संकलन भई रोकिनु, कब्जियत हुनु अत्यन्त हानिकारक मानिन्छ । यसैले कब्जियतलाई सम्पूर्ण रोगको जननी भनेर भनिएको छ । यस्तो कब्जियत भएर कुपित भएको मललाई निकाल्ने र सरल र वैज्ञानिक विधि एनिमा नै हो ।

विधि–

–एनिमा लिनुभन्दा पहिले एनिमाको सम्पूर्ण यन्त्रलाई राम्रोसँग सफा गर्नुपर्दछ । सो सफा यन्त्रलाई गुदद्वारभन्दा ३-४ फीट उचाइमा झुण्ड्याउनु पर्दछ ।

–उमालेर मनतातो भएको पानीलाई एनिमाको पानी राख्ने भाँडोमा राख्नुपर्छ । यदि चिसो एनिमा लिने हो भने सोही पानीलाई पूरा चिसो हुन दिनुपर्दछ ।

–एनिमा लिने व्यक्ति सजिलोसित कुनै एक सरल स्थितिमा बस्नु पर्दछ ।

–एनिमा दिनेले सर्वप्रथम एनिमाको पाइपमा भएको हावा बाहिर फ्याँक्नु पर्दछ । हावा बाहिर फ्याँक्न थोरै पानी रबरको क्याथेटरबाट बाहिर फ्याँक्नुपर्छ ।

–गुदद्वार र गुदद्वारमा घुसाउने रबरको क्याथेटरमा थोरै तेल लगाएर चिल्लो बनाई गुदद्वारभित्र क्याथेटरलाई चार इन्ज जति घुसाउनु पर्दछ ।

–एनिमा लिने व्यक्तिको सहन क्षमतालाई विचार गरेर स्वाभाविक रूपमा जति पानी लिन सक्दछ, त्यति पानी पाइपबाट भित्र पठाउनु पर्दछ । आनन्ददायक स्थितिसम्म मात्र पानी पठाउनु पर्दछ ।

–एनिमाबाट पानी ठूलो आन्द्रामा पुगेपछि एनिमा दिनेले एनिमा लिने व्यक्तिको पेटमा गोलाकार हल्का मालिस गर्नुपर्दछ । हल्का कम्पन उत्पन्न गर्ने गरी हात घुमाउनु अझ राम्रो हुन्छ । यसो गर्दा पेटमा थोरै तेल लगाउनु राम्रो हुन्छ ।

–सहन क्षमता र आवश्यकतानुसारको पानी पेटमा गइसकेपछि सकेसम्म १५-२० मिनेट पानी रोक्ने प्रयास गर्नुपर्दछ । तर जबर्जस्ती रोक्नु भने हुँदैन । सरल र सहजरूपमा जति सकिन्छ, रोक्नुपर्दछ । रोक्न अप्ठेरो भएमा शौचालय जानुपर्छ ।

–पूर्व अभ्यासीहरूले एनिमापछि पेटको अग्निसार क्रिया नौली आदिका साथै विपरीत

एनिमाको लागि प्रयोग गरिने सामग्री

आसनहरू गर्न सक्दछन् । यसले पुरानो मल निकाल्न अरू बढी सहयोग गर्दछ ।

–शौचालयमा गएपछि शौचका लागि बल लगाउनु हुँदैन । सरल किसिमले शौच हुन दिनुपर्दछ । पेट पूरा सफा नहुँदासम्म शौचालयमा बस्नुपर्दछ ।

मनतातो पानी प्रयोगबाट हुने फाइदाहरू–

–उदरशुल, वायुशुल, आन्त्रिक शूल एवं कलेजो, फियो, मृगौलाको दु:खाइमा फाइदा गर्दछ ।

–ठूलो आन्द्रा सुन्निएको एवं आन्त्रपुच्छ शोथमा निकै हितकर छ ।

–ठूलो आन्द्रामा वर्षौंदेखि टाँसिएर रहेका सुकेका मल निकाल्दछ ।

–घुँडा तथा शरीरका अन्य जोर्नीहरूका दु:खाइमा लाभदायक छ ।

–अतिबान्ता (Hypermesis) को स्थितिमा तातो वा चिसो मनतातो एनिमाले तुरुन्त फाइदा गर्दछ ।

–आधा कपाल दुख्ने (Migrane), पूरा कपाल दुख्ने, पिनास, टन्सिल आदि रोगमा फाइदा गर्दछ ।

–मृगी (Epilepsy) को झट्कालाई रोक्दछ ।

–अनिद्रा वा उन्मादीय अवसाद वा खिन्नता (manic depression), मनस्ताप (Psychoneurosis) जस्ता अवस्थाहरूमा लाभदायक छ ।

–श्वास संस्थानको व्यतिक्रम (Respiratory disorder) जीर्ण श्वास नली प्रदाह (Chronic bronchitis) जस्ता रोगहरू साथै दम (asthma) को प्रमुख कारण कब्ज भएकोले एनिमाद्वारा ठूलो आन्द्राको सफाइ गर्नाले उपर्युक्त अवस्थाहरू ठीक भएर जान्छन् ।

कमलपित्त (joundice) मा अत्यन्त लाभदायक छ ।

–मुखमा निस्किएका घाउहरू, जिब्रोका बिमिरा एनिमाले दुई दिनमै सञ्चो हुन्छ ।

चिसो पानीको प्रयोगबाट हुने फाइदाहरू–

–ज्वरो निकै बढी छ र रोगी बेचैन छ भने चिसो पानीको एनिमा दिनुपर्दछ, रोगीको ज्वरो तथा बेचैनी घट्छ ।

–चिसो एनिमाले कब्ज निवारणका साथै ठूलो आन्द्रामा शक्ति उत्पन्न गर्दछ ।

–स्नायु दौर्बल्य, मन्दाग्नि, अनिद्रा, थकान आदिमा चिसो एनिमा दिँदा तत्काल लाभ गर्दछ ।

–कमलपित्त (Jaundice) मा अत्यन्त लाभदायक छ ।

–कब्जका कारण ठूलो आन्द्राको आकृति बिग्रिएको वा कार्य गर्न सक्षम नभएकोमा फाइदा गर्दछ ।

सावधानी :

–पानीको तापक्रम एनिमाको भाँडोको उचाइ र रोगीको पानी ग्रहण क्षमताबारे पूर्ण अवगत भइसकेपछि मात्र एनिमा दिनुपर्दछ ।

–एनिमा दिने पानी उमालेर चिसो बनाइएको र सफा हुनुपर्दछ अन्यथा प्रदूषित पानीले हानि गर्न सक्छ ।

–एनिमाको गुदद्वारमा घुसाउने क्याथेटर एकजनालाई प्रयोग गरेपछि अरूलाई प्रयोग गर्नु हुँदैन ।

–पानी बढी तातो नहोस् भनेर यसमा सबैभन्दा बढी सजग हुनुपर्दछ । नत्र आन्द्राको भित्री भागमा धेरै तातो पानीको कारण घाउ हुन सक्छ । यदि ठूलो आन्द्रामा घाउ भयो भने निको हुन निकै गाह्रो हुन्छ । जय गुरुदेव !

विद्याश्रम

विद्यार्थीहरू प्रतीक्षारत थिए । प्रतियोगिताको नतिजा सुनाउने क्रम शुरु भयो । सान्त्वना पुरस्कारबाट नतिजा आरम्भ भयो । नतिजाको अन्तमा सुनियो– 'गोरक्ष निखिल ज्योति दिव्य विद्याश्रमले प्रथम स्थान प्राप्त गर्न सफल भएको छ ।' नतिजासँगै विद्याश्रमका विद्यार्थीहरू खुशीले गद्‌गद् देखिए ।

इमेज च्यानलद्वारा तीज पर्वको अवसरमा आयोजित 'प्रतिभा दबु:' नामक नृत्य प्रतियोगितामा पाँच विद्यालयलाई उछिनेर विद्याश्रमले प्रथम पुरस्कार हात पार्न सफल भएको हो । प्रतियोगितामा विद्याश्रमले आकर्षक पहिरनले सजिएर नृत्य प्रस्तुत गरेको थियो । गत भाद्र ८ गते कीर्तिपुरस्थित अडिटोरियम हलमा सम्पन्न कार्यक्रममा विद्याश्रमका बाह्र विद्यार्थीले शिवजी र शिवलिङ्गको पूजन गर्दै नृत्य प्रस्तुत गरेका थिए ।

आश्रम गतिविधि

हवन कार्यक्रम

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रका मासिक हवन कार्यक्रमअन्तर्गत हरेक महिना सञ्चालन हुँदै आइरहेका हवन कार्यक्रमहरु गत महिना निम्नानुसार सम्पन्न भए–

केन्द्रीयरुपमा सम्पन्न

भाद्र ७ गते सोमबार– श्री शिव गोरक्ष हवन, गोरखनाथ मन्दिर, पशुपति, मृगस्थली, बिहान ८:००–९:०० । भाद्र १ गते मंगलबार– तान्त्रोक्त वटुक भैरव हवन, वटुक भैरव मन्दिर, लगनखेल, बिहान ७:००–८:०० । भाद्र २ गते बुधबार– तान्त्रोक्त महालक्ष्मी हवन, महालक्ष्मी मन्दिर, लगनखेल, बिहान ८:००–९:०० । भाद्र ३ गते बिहीबार– तान्त्रोक्त वगलामुखी हवन, वगलामुखी मन्दिर, पाटन, बिहान ८:००–९:०० ।

सम्पर्क कार्यालयहरुमा सम्पन्न

भाद्र २ गते बुधबार– तान्त्रोक्त विन्ध्यवासिनी हवन, विन्ध्यवासिनी मन्दिर, पोखरा, कास्की, बिहान ८:००–९:०० । भाद्र ३ गते बिहीबार– तान्त्रोक्त वेदव्यास हवन, वेदव्यास गुफा, तनहुँ, बिहान ८:००–९:०० । श्रावण ४ गते मंगलबार– तान्त्रोक्त गणपति हवन, सूर्यविनायक, भक्तपुर, बिहान ७:००–८:०० । श्रावण ४ गते मंगलबार– तान्त्रोक्त चण्डेश्वरी हवन, चण्डेश्वरी मन्दिर, काभ्रे, बिहान ७:००–८:०० ।

तीनकुनेको तेस्रो वार्षिकोत्सव सम्पन्न

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र सम्पर्क कार्यालय तीनकुनेले गत श्रावण १२ गते तेस्रो वार्षिकोत्सवलाई भजनकीर्तन, नृत्यका साथ सम्पन्न गर्‍यो । बिहान १२ बजेबाट स्तुतिवन्दना र प्रार्थनाबाट कार्यक्रम शुरु भएको थियो ।

दिव्य गुरु महोत्सव

परमपूज्य सद्गुरूदेव डा. नारायणदत्त श्रीमालीज्यू (परमहंस स्वामी श्री निखिलेश्वरानन्द महाराजज्यू) को अवतरण भएको शुभ २१ तारीखको पावन अवसरमा सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रले प्रत्येक महिना दिव्य गुरू महोत्सवलाई भव्य एवं दिव्यरूपमा मनाउँदै आइरहेको छ । यस क्रममा गत भाद्र ५ गते तदनुसार २१ अगष्ट, २०१० का दिन बसुन्धरा आश्रम परिसरमा उक्त कार्यक्रम सम्पन्न भयो ।

बिहान १०:१५ मा शुभारम्भ भएको कार्यक्रममा निखिल स्तवन, गोरक्ष स्तवनको सामुहिकरूपमा सस्वर पाठ, गुरु पादुका पूजन, गुरूमन्त्र जप, हवन, आवाहन भजन, आरतीको क्रम रहेका थिए ।

कार्यक्रममा सम्पन्न दिव्य गुरु पूजनको सौभाग्य पवनकुमार के.सी. एवं कमल केशरी के.सीं दम्पत्तिले प्राप्त गर्नुभएको थियो । आरतीपछि स्वागत, भजन कीर्तन, नृत्य, प्रवचन आदि क्रमहरू रहेका थिए । कार्यक्रममा सहभागीहरूलाई मन्तव्यको माध्यमबाट साधक जयलाल गुरूङले स्वागत गर्नुभएको थियो । प्रवचनको क्रममा सावरपन्थी साधक रामजी अर्यालले गुरू कार्यमा पूर्ण समर्पण र राम्रो कार्यबाट गुरुकृपा आशीर्वाद प्राप्त हुने बताउनुभएको थियो । उहाँले गुरुको भक्तिभाव भएमा हाम्रो प्रगतिलाई कसैले रोक्न नसक्ने पनि बताउनुभयो ।

कार्यक्रममा साधक रामगोपाल फैंजुलाई पुरस्कारद्वारा सम्मान गरिएको थियो । आश्रममा रहेर गुरु कार्य गर्दा राम्रो गर्नेहरूलाई पुरस्कृत गर्ने क्रममा उहाँले पुरस्कार पाउनु भएका हो ।

दैनिक हवन र साप्ताहिक भजनकीर्तनको शुरूआत

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रले आफ्नो आध्यात्मिक कार्यक्रमहरूलाई अगाडि बढाउँदै सबैलाई आध्यात्मिक रूपमा सबल र सक्षम बनाउने अभियानलाई सार्थकरूपमा सम्पन्न गर्दै आइरहेको छ । यस क्रममा गत भाद्र ५ गते दिव्य गुरु महोत्सवदेखि बेलुकीको हवन कार्यक्रम र प्रत्येक शनिबार साँझ ४:०० बजेदेखिको १ घण्टे भजनकीर्तन अटुटरूपमा संचालन भइरहेको छ ।

आध्यात्मिक गतिविधिमा भाग लिएर आफ्ना इच्छा, आकांक्षा र अभिलाषाहरूको पूर्णताका लागि आश्रमबाट सम्पन्न भइरहेका यस्ता कार्यक्रमहरूमा सबै सहभागी हुन सक्नुहुन्छ ।

जनैपूर्णिमालगायतका कार्यक्रम सम्पन्न

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रले आध्यात्मिक गतिविधिहरूलाई मात्रै होइन, नेपालभित्र मनाइने चाडपर्व, रीतिरिवाज र धर्म–संस्कृतिहरूलाई पनि मनाउँदै निरन्तरता दिइरहेको छ। यसै क्र(ममा गत भाद्र ८ गते जनै पूर्णिमाको अवसरमा गुरु पूजन र सप्तर्षि पूजनका साथ जनै धारण र डोरो बाँध्ने कार्यक्रमलाई सम्पन्न गरेको थियो।

जन्माष्टमी :-

त्यस्तै, भाद्र १६ गते श्रीकृष्ण जन्माष्टमीको पावन अवसरमा गुरुदेवहरूको पूजन, भगवान् श्रीकृष्णाको पूजनलगायत भजनकीर्तनका साथ जन्माष्टमी पर्व मनाइएको थियो। बिहान ८:०० बजे पूजन कार्यक्रमको शुभारम्भ भएको जन्माष्टमी पर्व बेलुकी ४:०० बजेसम्म भजनकीर्तन गरेर मनाइएको थियो।

तीज :-

त्यसैगरी महिलाहरूको महान् चाड तीजलाई पनि आश्रमले विभिन्न कार्यक्रमको आयोजना गरी मनाएको थियो। तीजको पावन अवसरमा महिला दिदी बहिनीहरूलाई दर खुवाइएको थियो भने यस अवसरमा साँझ ४ बजेसम्म भजनकीर्तनको पनि आयोजना गरिएको थियो। भजनकीर्तनमा दिदी बहिनीहरू दिल खोलेर नाच्नुभएको थियो।

त्यस्तै, भाद्र २७ गते बसुन्धरास्थित आश्रम परिसरमा ज्ञानगरिष्ट एवं प्रात:स्मरणीय सप्त ऋषिहरूको पूजन गरी भजनकीर्तनका साथ ऋषिपञ्चमी पर्व पनि मनाइएको थियो। सहभागी सबै दिदी बहिनीहरूलाई यस दिन कर्कलाको तिहुनसित खाना खुवाउने परम्परालाई पनि निरन्तरता दिइएको थियो। विभिन्न जिल्लामा अवस्थित सम्पर्क कार्यालयहरूमा पनि जनै पूर्णिमा, जन्माष्टमी, तीज र ऋषिपञ्चमी मनाइएको थियो।

वृहत् कार्यशाला गोष्ठी एवं सेमिनार

सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रले गत महिनाको १९ गते एकदिवसीय कार्यशाला गोष्ठी एवं सेमिनारको आयोजना गऱ्यो। काठमाडौँको आर्किड होटेलमा आयोजित उक्त गोष्ठीमा संस्थाका विभिन्न गतिविधिका बारेमा छलफल भएको थियो।

संस्थाको बदलिँदो परिवेशअनुसार विधानसम्बन्धी जानकारी दिनको लागि समेत भनेर उक्त गोष्ठी आयोजना गरिएको थियो। गोष्ठीमा समसामयिक विषयमा छलफल हुनुका साथै संस्थालाई नयाँ सोच र कार्यशैलीअनुसार अगाडि बढाउने विषयमा पनि छलफल भएको थियो।

कार्यक्रममा अन्तर्राष्ट्रिय सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्र, बैंगलोरबाट योगी शिशिरनाथ श्रीमालीज्यूले समसामयिक विषयमा बोल्नुभएको थियो। उक्त अवसरमा उहाँले आफू सिद्धाश्रम शक्ति केन्द्रको लागि आवश्यक सहयोग र परामर्शका लागि सदा तयार रहेको बताउनुभएको थियो। उक्त अवसरमा उहाँले गुरू आदेश निर्देशनलाई पनि पढेर सुनाउनुभएको थियो। संस्थालाई समाजमुखी बनाउने, कार्यकर्ताहरूलाई समय र आवश्यकताअनुसार विभाजन गरी सोहीअनुसार प्रशिक्षणको व्यवस्था गर्नुपर्ने, संस्थालाई सिर्जनशील कार्यमा लगाएर विभिन्न वस्तुहरूको उत्पादन गर्ने र उत्पादित वस्तुलाई आश्रममा नै उपयोग गर्ने आदि गुरू योजना र निर्देशनलाई उक्त अवसरमा पढेर सुनाउनुभएको थियो।

राम्रो कार्यमा लाग्दा बाधा, अप्ठ्याराहरू आउन सक्ने र विभिन्न व्यक्तिहरूले विभिन्न नकारात्मक कुराहरू उठाउन सक्नेतर्फ औँल्याउनु हुँदै यस्तो अवस्थामा अरूको भनाइको बिलकुलै वास्ता नगरी आफ्नो कार्य गर्दै जानुपर्नेतर्फ पनि उहाँले सचेत पार्नुभएको थियो।

प्रत्यक्ष प्रशारणमार्फत् योगीज्यूको भनाइहरूलाई सुन्ने तथा हेर्ने व्यवस्था गरिएको उक्त कार्यक्रममा आश्रममा सम्वद्ध गुरू सेवा दलका सदस्य तथा विभिन्न सांगठनिक इकाइका प्रतिनिधि कार्यकर्ताहरूको उपस्थिति थियो।

हामीमाझ पुनः महान् चाड शुभ–विजयादशमी आइपुगेको छ। विगतका विजयादशमीहरुमा झैँ हामीमा नयाँ उत्साह, उमंग र स्फूर्ति पनि देखिएको छ। पुगे पनि नपुगे पनि, भए पनि नभए पनि जसरी भए पनि हामीले विजयादशमीलाई प्रत्येक वर्ष मनाउँदै आइरहेका छौँ। यो हाम्रो सौभाग्य पनि हो।

विजयादशमी मनाउने क्रममा हामी सधैँ के मा हरायौँ, कुन कुरामा विजयादशमीका दिनहरु बिते, प्रत्येक वर्ष यस चाड मनाउने क्रममा हाम्रा मनस्थितिहरु सबल बने अथवा निर्बल, यसै शुभ-विजयादशमीदेखि मूल्यांकन गर्ने समय आइपुगेको छ। प्रत्येक वर्षका विजयादशमीले हामीलाई मूल्यांकनका लागि धेरै संकेत गरेको भए पनि हामी प्रत्येक वर्ष चुक्यौँ। तर बारम्बार चुकिरहनु राम्रो गुण भने पक्कै होइन। त्यसैले, यसपालिदेखि नै विजयादशमी र यसमा लुकेका रहस्यलाई छिचोल्नु छ। हुन त यस पुनीत कार्यलाई पहिले नै सम्पन्न गर्नुपर्ने थियो। भौतिकतामा मात्रै रमेर, चाडपर्वलाई केवल खानेपिउने र मोजमज्जामा बिताउने दिनका रुपमा मात्रै लिने गर्नाले हामी जहिले पनि चाडपर्वभित्र छुपेर रहेका रहस्यमय लाभहरुबाट, यसमा सन्निहित परमार्थका विषयहरुबाट चुक्यौँ।

अब बितेका क्षणलाई यहीँ थाँती राखेर अघि बढ्ने बेला आएको छ। विगतलाई सम्झेर, पछुतो मानेर पनि केही हुने वाला छैन। बुद्धिमानी त विगतका कुराहरुबाट पाठ सिकेर तत्काल जागिहाल्नुमा छ। त्यसैले गाडेको मुर्दालाई नउँढी यसपालिको विजयादशमीलाई बेग्लै रुपमा मनाउनु छ, बेग्लै पारामा मनाउनु छ, पृथक् अन्दाजमा मनाउनु छ। यो पृथ्क अन्दाज भनेको हाम्रा ज्ञानगरिष्ट ऋषिमुनिहरु, आचार्य, प्राचार्यहरुको ज्ञानको आलोक हो। यसै आलोकमा रहेर, यसैको धरातलमा टेकेर हामीले विजयादशमीलाई मनाउनु छ। यसरी मनाउँदा हाम्रा समस्त इच्छा, आकांक्षा मात्र पुरा हुने होइनन्, हाम्रा पापका राशिहरुले मात्र बिदा पाउने होइनन्, हाम्रा चार पुरुषार्थ पनि सिद्ध हुनेछन्। विजयादशमी परमार्थको विषय हो। यसबाट आत्म साक्षात्कारको ढोका उघ्रिन्छ, यसबाट हाम्रो आत्म जागरण हुन्छ। शिवत्वको भावभूमि तयार पार्न विजयादशमीजस्तो अवसर अरु हुन सक्दैन, नरबाट नारायण बन्ने अवसर विजयादशमीजस्तो अरु छैन।

यसैपालिदेखि अर्को गम्भीर विषयमाथि पनि हामी सबैले मनन गर्नुपर्ने भएको छ। विगतमा जानेर वा नजानेर कैयौँ कुराहरुका साथै बलिलाई पनि हामीले प्रश्रय दिँदै आएका थियौँ। देवीदेवताहरुको मन्दिरमा अबोध जनावरहरुको बलि दिएर हामीले जुन गल्ती गर्दै आइरहेका थियौँ, त्यसलाई पनि यसैपालिदेखि विश्राम दिनु पर्नेछ। जसलाई हामीले देवीदेवताको नाममा भोग दिन्छौँ, त्यो त निर्बोध, अबोध पशु हो। निरीह पशुको बलि चढाएर देवीदेवता खुशी हुन्छन् भन्ने भ्रमलाई यसैपालिदेखि हटाउनु छ। जगत्जननी माता दुर्गालाई खुशी पार्न त आफूभित्रका काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकारजस्ता विकृति, मनोवृत्तिहरुलाई हटाउने हो, यिनीहरुको बलि दिने हो। यसबाट माता अति नै खुशी हुनुहुनेछ। हामी सबैको विजयादशमी अब यसरी नै बित्नेछ। यसमा सबैलाई सफलता मिलोस्, यही दुर्गा भवानीसँग याचना गर्दछौँ। अस्तु।

१-६: दरखाने कार्यक्रम, तीजको कार्यक्रम तथा ऋषि पञ्चमीको कार्यक्रम ।

७-१५: सेमिनार तथा कार्यशाला गोष्ठी।

गो. हु. का. द. नं. ९/०६०/६१
का. जि. द. नं. ७०/०५६

।। ॐ नमो गुरु मछिन्द्र, शब्द साँचा
पिण्ड काचा मेटा भक्ति, गुरुका शक्ति
नवनाथै जगाऊँ, चौराषीनाथै जगाऊँ
फूरो मंत्र ईश्वरो गुरु गोरख वाचा ।।

दुर्लभ ग्रन्थहरूको अध्ययन गरौं ।
मानव जीवनलाई धन्य बनाऔं ।।